

**UPAYA PENINGKATAN PENGUASAAN *PASSING* ATAS MELALUI METODE PEMBELAJARAN
KOOPERATIF DALAM PERMAINAN BOLAVOLI
SISWA KELAS VII SMP NEGERI I PUNDONG
KABUPATEN BANTUL**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**



Disusun oleh :
Agus Sulistyanta
12604227050


**PRODI PKS S1 PGSD PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2015**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Upaya Peningkatan Penguasaan Passing Atas melalui Metode Pembelajaran Kooperatif dalam Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Pundong Kabupaten Bantul” yang disusun oleh Agus Sulistyanta, NIM 12604227050 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 23 April 2015
Dosen Pembimbing

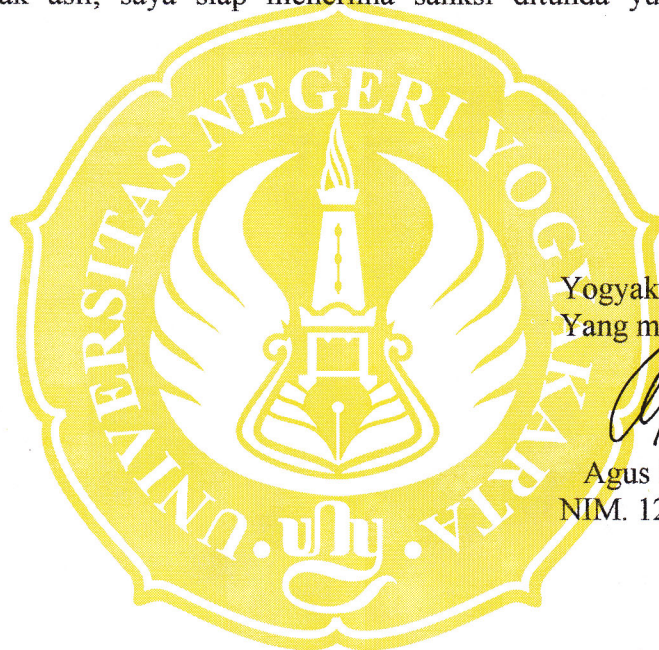



Suhadi, M.Pd.
NIP. 196005051988031006

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.






Yogyakarta, 23 April 2015
Yang menyatakan,

Agus Sulistyanta
NIM. 12604227050

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Upaya Peningkatan Penguasaan Passing Atas melalui Metode Pembelajaran Kooperatif dalam Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Pundong Kabupaten Bantul” yang disusun oleh Agus Sulistyanta, NIM 12604227050 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 05 Juni 2015 dan dinyatakan lulus

DEWAN PENGUJI

NAMA	JABATAN	TANDA TANGAN	TANGGAL
Suhadi, M.Pd	Ketua Penguji		24/7 2015
Herka Maya J, M.Pd	Sekretaris Penguji		15/7 2015
Dr. Guntur	Penguji I		15/7 2015
Sudardiyono, M.Pd	Penguji II		24/7 2015

Yogyakarta, Juli 2015
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Dekan



Rumpis Agus Sudarko, M.S
NIP. 196008241986011001

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

A. MOTTO

- ❖ Maka sesungguhnya bersama kesulitan pasti ada kemudahan, Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain), dan hanya kepada Tuhanmulah engkau berharap. (QS. Al-Insyirah: 5-8)
- ❖ Ilmu tanpa amal tak ada artinya, dan amal tanpa ikhlas, tiada berguna(Penulis)
- ❖ Sebaik-baik manusia di hadapan Allah adalah mereka yang selalu bermanfaat bagi sesama(Penulis)

B. LEMBAR PERSEMBAHAN

Hasil karya yang sederhana berupa skripsi ini kupersembahkan kepada;

- ❖ Ayahhanda tercinta, yang selalu memberikan nasehat dan kasih sayang yang tak ada hentinya.
- ❖ Istri dan anak-anakku yang senantiasa memberikan semangat dan dukungan do'a.
- ❖ Orang-orang yang aku sayangi, yang dengan tulus dan sabar mendukung, membantu dan memberikan semangat untuk tidak mudah putus asa dan menyerah.

**UPAYA PENINGKATAN PENGUASAAN PASSING ATAS MELALUI
METODE PEMBELAJARAN KOOPERATIF DALAM PERMAINAN
BOLAVOLISISWA KELAS VII SMP NEGERI 1 PUNDONG KABUPATEN
BANTUL**

Oleh:
Agus Sulistyanta
12604227050

ABSTRAK

Permainan bolavoli merupakan aktivitas kelompok yang membutuhkan kemampuan, kekompakan, ketrampilan tehnik dasar yang harus dimiliki oleh setiap anggota regu agar dapat melaksanakan fungsinya masing-masing. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah penerapan metode pembelajaran kooperatif mampu meningkatkan penguasaan passing atas pada siswa kelas VII A SMP Negeri 1 Pundong. Dalam penelitian ini dilakukan pengamatan tindakan kelas dengan melihat kemampuan siswa dalam melakukan sikap tubuh, posisi kedua tangan, pandangan mata, dan sikap passing atas yang benar, dengan terlebih dahulu membentuk siswa dalam kelompok-kelompok yang masing-masing beranggotakan 5 (lima) orang.

Subyek dari penelitian ini adalah 30 siswa kelas VII A SMP Negeri 1 Pundong. Teknik pengambilan data dengan melakukan skor terhadap kemampuan siswa melalui metode kooperatif. Hasil pengamatan tindakan kelas sebelum menggunakan metode kooperatif dalam waktu yang berbeda hanya mengalami peningkatan yang sangat kecil, yaitu dari 20,83 % menjadi 24,16 % siswa melakukan passing atas dengan benar. Selanjutnya pembelajaran menggunakan metode kooperatif mampu meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan passing atas dengan benar secara lebih signifikan yaitu pada siklus I sebanyak 44,17 % dan pada siklus II sebanyak 72,5 %.

Dengan demikian, proses pembelajaran passing atas pada permainan bolavoli dengan menggunakan metode kooperatif dapat lebih meningkatkan kemampuan siswa dalam menguasai tehnik passing atas yang benar, karena dengan belajar berkelompok disertai motivasi untuk menang dalam lomba antar kelompok, mampu mendorong siswa untuk meningkatkan kedisiplinan, lebih bersemangat, saling membantu, dan bisa meningkatkan kerjasama dalam kelompoknya.

Kata kunci : *penguasaan passing atas, metode pembelajaran kooperatif, permainan bolavoli*

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah, Tuhan seru sekalian alam, yang senantiasa memberikan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsidengan judul :“Upaya Peningkatan Penguasaan Passing Atas melalui Metode Pembelajaran Kooperatif dalam Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Pundong Kabupaten Bantul”sebagai bagian dari persyaratan kelulusan yang harus dipenuhi mahasiswa Program Studi S1 FIK-Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2015.

Dalam menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak.Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya atas bimbingan, arahan, dan saran yang diberikan hingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi dapat berjalan dengan lancar. Untuk itu perkenankanlah penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. *Rochmat Wahab*, M.Pd., M.A. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang menerima penulis di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Drs. *Rumpis* Agus Sudarko, MS. Dekan Fakultas Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan izin penelitian.
3. Bapak Drs. Amat Komari, M.Si. Ketua jurusan POR Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan rekomendasi untuk melakukan penelitian.
4. Drs. Sriawan, M.Kes, selaku Ketua Prodi S1 PGSD Pendidikan Jasmani Universitas Negeri Yogyakarta;

5. Bapak Suhadi, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah banyak memberikan waktu, perhatian dan tenaganya untuk memberi bimbingan dan arahan dari awal hingga terselesaikannya Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Prof. Dr. Hari Amirullah, M.Pd selakuDosen Penasehat Akademik yang telah membimbing penulis dari awal perkuliahan sampai akhir studi.
7. Kepala Sekolah SMP N 1 Pundong yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian
8. Berbagai pihak yang telah membantu baik langsung maupun tidak langsung berperan dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan dan jauh dari sempurna, hal ini disebabkan keterbatasan pengetahuan dan kondisi yang ada pada diri penulis. Untuk itu saran dan kritik yang membangun dari berbagai pihak sangat penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi ini.

Selanjutnya penulis mengucapkan terima kasih dan mohon maaf apabila ada kekurangan dan kesalahan, semoga skripsi ini bermanfaat bagi diri penulis, bagi siswa-siswi SMP Negeri 1 Pundong, bagi Guru-guru olah raga, dan bagi semua pihak yang berkepentingan.

Yogyakarta, April 2015

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Batasan Masalah.....	9
D. Rumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Hakikat Metode Pembelajaran Kooperatif.....	11
B. Hakekat Permainan Bolavoli.....	14
C. Hakekat Teknik Passing Atas atau Overhead.....	16
D. Hakekat Sikap (Motivasi, Disiplin, dan Kerjasama).....	20
E. Hakekat Siswa Klas VII SMP 1 Pundong	23
F. Penelitian Yang Relefan	25
G. Kerangka Berpikir	25
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	28
B. Setting Penelitian.....	28
C. Prosedur Penelitian.....	29
D. Teknik Pengumpulan Data	40

E. Teknik Analisis Data	41
F. Indikator Keberhasilan Tindakan.....	41

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi, Subyek, Waktu, dan Data Penelitian.....	48
B. Proses Penelitian.....	48
C. Deskripsi Hasil Penelitian	49
D. Implementasi Tindakan	50

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	58
B. Implikasi Penelitian.....	58
C. Keterbatasan Penelitian	59
D. Saran-Saran	59
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN	63

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.Langkah-langkah Metode Kooperatif	12
Tabel 2.Kriteria Penilaian	33

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Gaya Sempurna Melakukan Passing Atas	17
Gambar 2. Tahap-tahap Melakukan Overhead Volley	19
Gambar 3.a Lapangan Permainan	30
Gambar 3.b Permainan Lempar Sasaran	31
Gambar 4. Teknik 1 Passing Atas	32
Gambar 5. Sasaran Passing Atas	33
Gambar 6. Teknik 2 Passing Atas	34
Gambar 7.a Lapangan Permainan	36
Gambar 7.b Permainan Passing Atas Berkelompok	37

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1.Pengamatan Tindakan Kelas..	61
Lampiran 2.Hasil Pengamatan Tindakan Kelas dengan Metode Satu Arah 1	62
Lampiran 3.Hasil Pengamatan Tindakan Kelas dengan Metode Satu Arah 2	63
Lampiran 4 Hasil Pengamatan Tindakan Kelas dengan Metode Kooperatif 1	64
Lampiran 5.Hasil Pengamatan Tindakan Kelas dengan Metode Kuantitatif 2	65
Lampiran 6 RencanaPelaksanaan Pembelajaran (Siklus 1)	66
Lampiran 7 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (Siklus 2)	71
Lampiran 8.Surat Ijin Penelitian dari UNY	75
Lampiran 9.Surat Ijin Penelitian dari Bappeda	76
Lampiran 10.Surat Keterangan Pengesahan Penelitian	77
Lampiran 11 Dokumentasi	78

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perwujudan dari perkembangan bidang pendidikan diperlukan peningkatan dan penyempurnaan pendidikan nasional, yang disesuaikan dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi serta kesenian, adat istiadat serta kebutuhan pembangunan terutama di sekolah-sekolah.

Seorang pendidik yang mempunyai andil besar dalam dunia pendidikan, mendefinisikan pendidikan sebagai “*rekonstruksi* aneka pengalaman dan peristiwa yang dialami dalam kehidupan individu sehingga segala sesuatu yang baru menjadi lebih terarah dan bermakna”. Pada hakekatnya pendidikan merupakan suatu pembentukan dan pengembangan kepribadian manusia secara menyeluruh, yakni pembentukan dan pengembangan potensi ilmiah yang ada pada diri manusia secara menyeluruh (Dewey dalam Depdiknas, 2003:3)

Dalam UU RI No.20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, Pemerintah telah mengatur tujuan dan fungsi dari pendidikan nasional yang berbunyi sebagai berikut:

“Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa. Bertujuan mengembangkan potensi siswa agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta tanggung jawab”

Tujuan pendidikan di atas mengandung pengertian bahwa setiap manusia Indonesia diharapkan mampu meningkatkan kualitas iman dan taqwa kepada Tuhan YME, berbudi pekerti yang luhur, memiliki pengetahuan, keterampilan serta bertanggung jawab kepada masyarakat dan bangsa, yang berarti pendidikan harus terdiri atas tiga aspek tujuan pendidikan yaitu kognitif, psikomotor dan afektif. Kita telah mengetahui ada dua lembaga pendidikan yang dapat dicapai oleh seorang anak didik untuk tercapainya pembentukan dan pengembangan potensi pada diri anak yaitu pendidikan formal dan informal.

Pendidikan formal atau dapat disebut juga dengan bentuk program yang jelas dan resmi, seperti lembaga sekolah bertugas mengembangkan pribadi anak secara menyeluruh. Pendidikan formal diselenggarakan dengan tujuan untuk meningkatkan potensi siswa. Untuk mencapai tujuan tersebut siswa harus menempuh pendidikan jasmani yang diselenggarakan disekolah salah satunya di sekolah dasar. Pendidikan informal atau bisa disebut juga dengan bentuk program yang tidak jelas dan resmi, misalnya jika kita perhatikan pendidikan dalam keluarga, maka tidak kita jumpai adanya kurikulum yang tertulis dan jam mata pelajaran secara resmi dalam bentuk tertentu dan jelas

Menurut Jewet yang dikutip oleh Diah (2007 :5) Kurikulum diartikan sebagai keseluruhan pengalaman siswa yang ditemui di lingkungan persekolahan, dari mulai yang berlangsung formal di dalam kelas, hingga kegiatan ekstra di lapangan olahraga. Kurikulum sebagai salah satu substansi

pendidikan perlu didesentralisasikan terutama dalam pengembangan silabus dan pelaksanaannya disesuaikan dengan tuntutan kebutuhan siswa, keadaan dan kondisi sekolah atau daerah. Dengan demikian, sekolah atau daerah memiliki cukup kewenangan untuk merancang dan menentukan materi ajar, kegiatan pembelajaran, dan penilaian hasil pembelajaran.

Ruang lingkup pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan meliputi aspek-aspek berikut: 1) Permainan dan olahraga, 2) Aktivitas pengembangan 3) Aktivitas senam, 4) Aktivitas ritmik, 5) Aktivitas air, 6) Pendidikan luar kelas, 7) Kesehatan. Melalui ke-tujuh aktivitas tersebut penjas tidak mungkin dapat berfungsi seperti yang diharapkan, mengingat keterbatasan berbagai hal, sehingga tidak tercukupi volume latihan, frekuensi dan intensitas minimalnya untuk mencapai taraf yang digariskan. Akan tetapi penjas harus dilaksanakan sebagai upaya untuk menumbuhkembangkan kebiasaan hidup sehat melalui aktivitas-aktivitas yang menarik perhatian dan minat siswa, sehingga aktivitas jasmani dijadikan sebagai budaya dan kebutuhan (Depdiknas, 2006: 6).

Pendidikan jasmani merupakan satu aspek dari proses pendidikan keseluruhan yang berkenaan dengan perkembangan fisik dan menggunakan kemampuan gerak individu secara sukarela dan berguna serta berhubungan langsung dengan responis mental, emosional dan social (Arma, A. Munadjji 1994:25).

Pendidikan jasmani juga merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, sehingga pendidikan jasmani memiliki arti yang cukup

representatif dalam mengembangkan manusia dalam persiapannya menuju manusia Indonesia seutuhnya (Depdiknas 2003:5).

Pendidikan jasmani adalah bagian dari pendidikan dan merupakan bagian dari *central* olahraga yang meliputi olahraga masyarakat, olahraga prestasi dan olahraga pendidikan. Olahraga masyarakat merupakan olahraga yang dilakukan masyarakat dalam rangka meningkatkan kualitas kesehatan jasmani dan rohani dalam hal ini diwadahi oleh FOMI (Forum Olahraga Masyarakat Indonesia). Olahraga prestasi dalam hal ini membangun manusia seutuhnya yang berkualitas dan berdaya juang dengan mengoptimalkan seluruh potensi, sehingga menumbuhkembangkan prestasi olahraga baik melalui lembaga pendidikan, atau pada setiap jalur pendidikan dapat dibentuk unit kegiatan olahraga, kelas olahraga, pusat pembinaan dan pelatihan, sekolah olahraga, serta diselenggarakannya kompetisi olahraga yang berjenjang dan berkelanjutan. Sedangkan olahraga pendidikan merupakan olahraga yang dilaksanakan dan diarahkan sebagai satu kesatuan yang sistemis dan berkesinambungan dengan sistem pendidikan nasional. Dalam kajian ini penulis hanya membahas mengenai olahraga pendidikan, karena salah satu bagian dari olahraga pendidikan terdapat pendidikan jasmani yang merupakan salah satu mata pelajaran di Sekolah Menengah Pertama.

Pendidikan jasmani di Sekolah Menengah Pertama terdiri dari permainan, atletik, senam, renang (aktivitas air), olahraga tradisional dan aktivitas luar kelas. Dalam pendidikan jasmani, permainan merupakan olahraga yang paling digemari siswa, salah satu diantaranya adalah permainan

bolavoli. Bolavoli merupakan jenis permainan olahraga beregu yang masing-masing regu dimainkan oleh dua tim dimana tiap tim beranggotakan enam orang dalam suatu lapangan berukuran 30 kaki persegi (9 meter persegi) bagi setiap tim dipisahkan oleh net atau jaring (Viera, 2000:2).

Permainan bolavoli merupakan aktivitas kelompok, kemampuan suatu regu bolavoli ditentukan oleh keterampilan teknik dasar yang dimiliki oleh setiap anggota regu dalam melakukan fungsinya masing-masing. Seperti dalam cabang olahraga lainnya, kunci keberhasilan untuk menjadi seorang pemain yang baik adalah dengan mempelajari teknik permainan yang benar sejak dini.

Permainan bola voli memiliki ciri khas kerjasama, kecepatan bergerak, lompatan yang tinggi untuk mengatasi bola di atas net (*smash dan blok*) dan kreatif, sehingga diperlukan pemain dengan fisik yang baik, tinggi dan atletis, sehat, terampil, cerdas, dan sikap sosial yang tinggi agar bisa menjadi pemain yang berbobot (Suharno 1985:2).

Dalam penulisan ini penulis akan meneliti mengenai *passing* atas, karena *passing* atas berguna untuk menerima servis, menerima operan teman, mengoper bola, mengumpan *smash*, atau bahkan mengembalikan bola pada permainan bolavoli. *Passing* atas harus banyak dilatih supaya arah bola terkendali dan tidak sampai menimbulkan cedera jari tangan. Dalam latihan maupun dalam permainan, perlu sangat ditonjolkan pentingnya *passing* atas yang tepat dan aman.

Berdasarkan pengamatan penulis pada saat pembelajaran pendidikan jasmani siswa kelas VII di SMP Negeri 1 Pundong, siswa-siswa sangat menyukai materi pendidikan jasmani dalam bentuk permainan terutama permainan bolavoli, meskipun masih banyak siswa yang belum mampu melakukan passing atas dengan benar. Untuk lebih memahami kemampuan siswa dalam melakukan *passing* atas dalam permainan bolavoli, maka penulis mengambil kelas sample di kelas VII A SMP Negeri 1 Pundong. Diharapkan setelah penelitian dengan metode pembelajaran *kooperatif* ini berhasil, selanjutnya akan penulis terapkan ke semua kelas *parallel*. Apabila pada saat kelas VII siswa-siswa sudah mempunyai tehnik dasar permainan bola voli yang benar, diharapkan pada kelas berikutnya siswa-siswa dapat melanjutkan melakukan pendalaman, latihan secara rutin, dan meningkatkan kerjasama/kekompakan antar anggota kelompok.

Sebagai seorang guru, penulis merasa perlu menerapkan metode yang tepat dalam memberikan pelajaran pendidikan jasmani kepada siswa, apabila guru masih menggunakan paradigma pembelajaran lama dalam arti komunikasi dalam pelajaran pendidikan jasmani cenderung berlangsung satu arah, umumnya dari guru ke siswa, guru lebih mendominasi pembelajaran, maka pembelajaran cenderung *monoton*. Oleh karena itu dalam memberikan pelajaran pendidikan jasmani kepada siswa, guru hendaknya lebih memilih berbagai variasi pendekatan, strategi, atau metode yang sesuai dengan situasi sehingga tujuan pembelajaran yang direncanakan akan tercapai. Dalam pemilihan metode pembelajaran kepada siswa, juga dipengaruhi oleh tujuan dari pembelajarannya, kesesuaian dengan materi pembelajaran, tingkat

perkembangan siswa, kemampuan guru dalam mengelola pembelajaran serta mengoptimalkan fasilitas yang ada.

Secara keseluruhan, nilai rata-rata kelas (*mean*) pembelajaran bola voli siswa kelas VII A SMP Negeri 1 Pundong Semester kedua Tahun ajaran 2014/2015 sebelum menggunakan metode *kooperatif*, hanya sebesar 24,16 % siswa mampu melakukan passing atas dengan benar (Lampiran 2), atau lebih dari 50 persen siswa masih kurang dari nilai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang di tentukan sekolah yaitu 70. Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) sekolah ditetapkan sendiri dengan mempertimbangkan: kemampuan akademis siswa, kompleksitas indikator, dan daya dukung (guru dan sarana), (Depdiknas, 2008: 370). Selain hasil pembelajaran yang masih rendah, dalam praktek bermain bolavoli banyak terjadi kesalahan yang dilakukan siswa antara lain pada saat melakukan passing atas, dilihat dari sikap persiapan, saat berdiri maupun meletakkan posisi kedua tangan, masih terdapat banyak kesalahan, sehingga penulis mencoba menerapkan metode *kooperatif*.

Pembelajaran *Kooperatif* merupakan strategi pengajaran yang dirancang untuk mendidik kerjasama kelompok dan interaksi antar siswa. (Wikipeda 2015) <http://id.wikipedia.org/wiki/Pembelajaran>. Sedangkan menurut Dedi 26.blogspot.com (2013: 05) Pembelajaran Kooperatif merupakan pembelajaran kelompok dengan jumlah peserta didik 2-5 orang dengan gagasan untuk saling memotivasi antara anggotanya dan saling membantu agar tercapainya tujuan pembelajaran yang maksimal. Keduanya memberikan gambaran bahwa belajar *kooperatif* meningkatkan kepositipan sikap sosial dan kemampuan *kognitif* sesuai dengan tujuan pendidikan.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis berminat untuk melakukan penelitian dalam format penelitian tindakan kelas (PTK) yang akan penulis beri judul “Upaya Peningkatan Penguasaan *Passing* Atas melalui Metode Pembelajaran *Kooperatif* dalam Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Pundong Kabupaten Bantul”

B. Identifikasi Masalah

Dari uraian latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

1. Rendahnya kemampuan siswa dalam melakukan *passing* atas pada permainan bolavoli.
2. Masih rendahnya hasil pembelajaran bolavoli pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Pundong.
3. Masih banyak siswa yang mengalami cedera karena *passing* atas belum dilakukan secara benar.
4. Metode pembelajaran dengan sistem komunikasi satu arah belum mampu meningkatkan kemampuan siswa dalam bermain bolavoli.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan di atas, maka peneliti membatasi pada salah satu permasalahan, yaitu tentang upaya meningkatkan kemampuan *passing* atas

dengan metode pembelajaran kooperatif dalam permainan bolavoli pada siswa kelas VII A SMP Negeri 1 Pundong Kabupaten Bantul.

D. Rumusan Masalah

Atas dasar pembatasan masalah seperti tersebut di atas, masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: “Apakah Metode Pembelajaran Kooperatif dapat lebih meningkatkan penguasaan *Passing* Atas dalam Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII A SMP Negeri 1 Pundong Kabupaten Bantul.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian yang hendak dicapai adalah untuk meningkatkan penguasaan *Passing* atas melalui metode pembelajaran kooperatif dalam permainan bolavoli siswa kelas VII A SMP Negeri 1 Pundong Kabupaten Bantul.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini bermanfaat bagi pengembangan teori pembelajaran bola voli pada umumnya dan penggunaan metode kooperatif dalam penguasaan passing atas pada khususnya.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat, khususnya bagi guru, siswa, sekolah dan peneliti. Bagi guru, dapat mengembangkan metode pembelajaran yang paling tepat dan masukan dalam pembelajaran olahraga di SMP Negeri 1 Pundong. Bagi siswa, diharapkan mampu melakukan *passing* atas dengan baik, khususnya siswa kelas VII dan untuk meningkatkan prestasi Tim Bola Voli SMP Negeri 1 Pundong. Bagi sekolah, penelitian ini dapat meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah dan meningkatkan prestasi siswa dalam hal permainan bola voli. Bagi peneliti, mendapatkan pengalaman dalam melaksanakan penelitian tindakan kelas, memperdalam permainan bolavoli, dan mengetahui kekurangan dan kelemahan diri pada saat mengajar yang dapat dijadikan acuan untuk memperbaiki diri.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Hakekat Metode Pembelajaran Kooperatif

Pembelajaran kooperatif merupakan strategi belajar dengan sejumlah siswa sebagai anggota kelompok kecil yang tingkat kemampuannya berbeda. Dalam menyelesaikan tugas kelompoknya, setiap siswa anggota kelompok harus saling bekerja sama dan saling membantu untuk memahami materi pelajaran. Dalam pembelajaran kooperatif, belajar dikatakan belum selesai jika salah satu teman dalam kelompok belum menguasai bahan pelajaran. Tujuan metode pembelajaran kooperatif adalah hasil belajar akademik siswa meningkat dan siswa dapat menerima berbagai keragaman dari temannya, serta pengembangan keterampilan sosial.

Asep Kurnia (2007 : 17) menyatakan bahwa untuk menciptakan kerjasama tim yang baik dalam permainan bolavoli, dibutuhkan koordinasi, gerak yang baik dari setiap pemain. Faktor strategi dan taktik merupakan salah satu penunjang keberhasilan dalam memenangkan pertandingan. Oleh karena itu, sudah seharusnya pemain dapat beradaptasi dengan semua strategi dan taktik yang diterapkan oleh timnya. Untuk membentuk sikap, gerak, dan kekompakan para pemain, perlu dilakukan pelatihan dengan system pembelajaran kooperatif.

Kelman dalam (Krismanto, 2003:14) menyatakan bahwa di dalam kelompok terjadi pengaruh secara sosial. Pertama, pengaruh itu dapat diterima seseorang karena ia memang berharap untuk menerimanya. Yang kedua, ia

memang ingin mengadopsi atau meniru tingkah laku atau keberhasilan orang lain atau kelompok tersebut karena sesuai dengan sudut pandang kelompoknya. Ketiga, karena pengaruh itu *kongruen* dengan sikap atau nilai yang ia miliki. Ketiganya mempengaruhi sejauh mana kerja metode kooperatif tersebut dapat dikembangkan

Terkait dengan metode pembelajaran kooperatif, Menurut Ismail (2003) yang diambil dari situs <http://anrusmath.files.wordpress.com> menyebutkan 6 (enam) langkah dalam pembelajaran kooperatif, yakni:

Tabel.1 langkah-langkah metode kooperatif

Fase ke-	Indikator	Tingkah Laku Guru
1	Menyampaikan tujuan dan memotivasi siswa	Guru menyampaikan semua tujuan pelajaran yang ingin dicapai pada pelajaran tersebut dan memotivasi siswa belajar.
2	Menyampaikan informasi	Guru menyampaikan informasi kepada siswa dengan jalan mendemonstrasikan atau lewat bahan bacaan
3	Mengorganisasikan siswa ke dalam kelompok-kelompok belajar	Guru menjelaskan kepada siswa bagaimana caranya membentuk kelompok belajar dan membantu setiap kelompok agar melakukan transisi secara efisien.
4	Membimbing kelompok bekerja dan belajar	Guru membimbing kelompok-kelompok belajar pada saat mereka mengerjakan tugas.
5	Evaluasi	Guru mengevaluasi hasil belajar tentang materi yang telah dipelajari atau masing-masing kelompok mempresentasikan hasil kerjanya.
6	Memberikan penghargaan	Guru mencari cara-cara untuk menghargai upaya atau hasil belajar individu maupun kelompok

Walaupun prinsip dasar pembelajaran kooperatif tidak berubah, namun terdapat beberapa variasi dari metode tersebut. Ada lima metode

pembelajaran kooperatif, tiga diantaranya adalah metode pembelajaran kooperatif yang diterapkan pada sebagian besar mata pelajaran dan tingkat kelas yaitu STAD, TGT, dan Jigsaw, dan dua lain adalah kurikulum komperhensif yang dirancang untuk digunakan dalam mata pelajaran yaitu CIRC dan TAI (Slavin, 2008:11-17). Adapun pengertian metode pembelajaran kooperatif dengan tipe STAD dan TGT adalah sebagai berikut :

1. STAD (*Student Teams Achievement Division*)

Tipe STAD ini, para siswa dibagi dalam tim belajar yang terdiri atas empat orang atau lebih yang berbeda-beda tingkat kemampuan, jenis kelamin, dan latar belakang etniknya. Guru menyampaikan pelajaran, lalu siswa bekerja sama dalam tim. Anggota tim saling membantu sehingga diharapkan semua anggota tim dapat menguasai materi/pelajaran yang disampaikan Guru. Selanjutnya, semua siswa mengerjakan kuis mengenai materi secara sendiri-sendiri dimana saat itu mereka tidak diperbolehkan untuk saling bantu.

Dalam penelitian tindakan kelas yang peneliti buat, tipe STAD digunakan agar siswa dapat belajar dari teman yang pandai sehingga dalam satu kelompok ada interaksi yang saling menguntungkan antara siswa dengan siswa.

2. TGT (*Team Games-Tournament*)

Metode ini hampir sama dengan tipe STAD, guru menyampaikan materi/pelajaran yang sama, kemudian siswa bekerja sama dalam tim seperti pada tipe STAD, tetapi mengganti kuis dengan turnamen

mingguan, dimana siswa memainkan game akademik dengan anggota tim lain untuk menyumbangkan poin bagi timnya.

Dalam metode Team Game Tournament (TGT) ini, siswa akan lebih bersemangat, karena mereka tetap bergabung dalam tim dan melakukan kompetisi antar tim.

Berdasarkan model pembelajaran kooperatif siswa dapat bekerjasama antar kelompok untuk mengintropeksi atas kesalahan yang dilakukan teman sekelompoknya dan dapat melakukan kontrol bola yang lebih baik dalam pelaksanaan *passing* atas berikutnya. Sehingga dengan demikian siswa dapat mengarahkan *passing* atas sesuai dengan permintaan dari penulis. Karena dasar penilaian penulis adalah arah bola dengan tehnik *passing* atas yang benar.

B. Hakekat Permainan Bolavoli

Bolavoli merupakan jenis permainan olahraga beregu yang masing-masing regu dimainkan oleh dua tim dimana tiap tim beranggotakan enam orang dalam suatu lapangan berukuran 30 kaki persegi (9 meter persegi) bagi setiap tim dipisahkan oleh net atau jaring (Viera, 2000:2). Tujuan dari permainan ini adalah setiap regu yang bermain berusaha melewatkan bola secara baik melalui net di antara dua antena (*rod*) sampai bola tersebut menyentuh lantai atau tanah di daerah lawan, dan mencegah agar bola yang dilewatkan tidak menyentuh lantai atau tanah dalam lapangan sendiri. Hal ini biasanya dapat dicapai lewat kombinasi tiga pukulan yang terdiri dari operan

lengan depan kepada pengumpan, yang selanjutnya diumpankan kepada penyerang, dan sebuah *spike* yang diarahkan ke bidang lapangan lawan (Viera, 2000:2)

Kemampuan suatu regu bolavoli ditentukan oleh keterampilan teknik dasar yang dimiliki oleh setiap anggota regu dalam melakukan fungsinya masing-masing. Teknik dasar hendaknya dimiliki oleh setiap pemain bola voli, guna menunjang pencapaian prestasi yang maksimal. Selain itu, teknik dasar permainan bolavoli adalah cara memainkan bola dengan efektif dan efisien sesuai dengan peraturan permainan bolavoli yang berlaku guna mencapai suatu hasil yang optimal.

Penguasaan teknik dasar dalam suatu cabang olahraga merupakan salah satu unsur yang menentukan menang atau kalahnya suatu regu di dalam suatu pertandingan disamping unsur-unsur kondisi fisik, teknik dan mental. Kesempurnaan teknik dasar tersebut sangat penting, karena akan menentukan gerak keseluruhan. Kesempurnaan teknik dalam permainan bolavoli hanya akan dapat dicapai melalui latihan teknik yang dimulai dari teknik dasar ke teknik tinggi yang akhirnya harus menuju kepada gerakan-gerakan otomatis.

Sri W, Sutarmin, Pramono (2009:13) menyatakan bahwa tehnik dasar dalam permainan bola voli adalah tehnik service bawah, tehnik service atas, tehnik passing meliputi passing bawah dan passing atas yang benar. Untuk tehnik passing atas yang benar adalah dengan memperhatikan sikap tubuh berdiri kangkang, posisi kedua tangan, cara memantulkan bola, dan pandangan mata selalu ke arah bola.

Sedangkan menurut Beutelstahl (2007:8), mengemukakan pendapatnya bahwa : “ Ada enam jenis teknik dasar dalam permainan bola volley yaitu *service*, *dig* (penerimaan bola dengan gaya menggali), *attack* (menyerang), *volley* (melambungkan bola), *block*, dan *defence* (bertahan)”.

Berdasarkan pendapat tersebut diatas disimpulkan bahwa teknik dasar permainan bolavoli yang hendaknya dikuasai oleh setiap pemain guna mendukung pencapaian prestasi meliputi : *service*, *dig* (penerimaan bola dengan gaya menggali), *attack* (menyerang), *volley* (melambungkan bola), *block*, dan *defence* (bertahan).

C. Hakekat Teknik *Passing* Atas atau *Overhead*

Passing atas atau *overhead volley* merupakan unsur yang terpenting dalam permainan bolavoli. Banyak perincian yang perlu diperhatikan, sebelum siswa mampu melakukan proses gerak yang sangat rumit dalam *passing* atas.

Menurut Durrwachter (1986:12-13), siswa harus mengetahui gaya dan tehnik yang sempurna dalam melakukan *passing* atas. Gaya yang sempurna tersebut meliputi :

1. Bentuk dasar gerakan

b. Siap menunggu bola datang (gambar 1.a)

Lutut agak ditekuk. Sikap kaki seperti hendak melangkah dengan posisi selebar bahu. Lengan bawah mendatar.

c. Lari – berhenti – *passing* atas (gambar 1.b)

Cepat menyongsong bola pada posisi tepat. Tangan terangkat dengan siku pada sikap yang wajar dan dengan jarak yang 'enak'. Kaki kembali pada posisi melangkah, agak melebar. Tubuh bertumpu pada kedua kaki secara merata.

- d. Sebelum menyentuh bola, posisi agak berjongkok (gambar 1.c)

Gerakkan tangan menyongsong bola berlangsung serentak dengan tekukan lutut.

- e. Tungkai diluruskan pada saat menentukan (gambar 1.d)

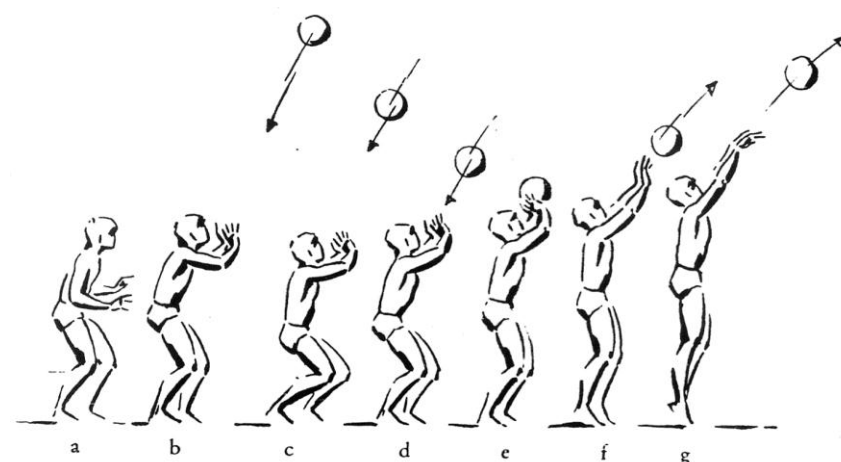
Tungkai diluruskan dengan cepat, begitu pula lengan untuk menyongsong bola.

- f. Bola dipantulkan tanpa dipegang (gambar 1.e)

Jari-jari tangan menyentuh bola, sedikit di atas kepala.

- g. Gerak longgar mengikuti bola (gambar 1.f, g)

Tungkai, tubuh dan lengan terentang mengikuti arah bola yang sudah dipantulkan. Tangan dan jari tidak boleh kaku.



Gambar 1. Gaya sempurna melakukan *passing* atas (Durrwachter, 1986:12-13)

1. Sikap tangan dan jari

Kedua tangan terangkat seakan-akan hendak menangkap bola. Tapi apabila dalam menangkap kecepatan bola ditahan dengan jalan menarik tangan sedikit ke bawah lalu kemudian bola dilemparkan lagi dengan cara mendorong tangan ke atas, pada *passing* atas kedua proses itu berbaur dalam suatu gerakan tunggal yang sangat cepat. Tetapi bola tidak boleh ditepuk dengan keras, sehingga memantul seperti apabila mengenai dinding tembok.

Menurut Beutelstahl (2007:21-22) *overhead volley* atau *passing* atas adalah jenis volley (suatu pukulan melambungkan bola) yang paling populer. Pemain harus menghadap ke arah tujuan bola sebelum ia mulai melambungkan bola tersebut. Secara umum, sekuensi gerakan pada saat melakukan *overhead volley* terdiri atas tiga tahapan sebagai berikut:

1. Tahap pertama

Fase persiapan. Pemain mempersiapkan diri dengan stance dasar: kedua lutut ditekuk sedikit, jarak antara kedua kaki kira-kira selebar kedua paha, kaki yang satu di depan kaki yang lain. Tubuh harus segera mengambil posisi di bawah bola. Berat badan dibagi merata, bertumpu pada kedua kaki. Tangan ditekuk ke belakang dari pergelangannya, posisi di atas kepala dan jarinya berbentuk "cup" dan dibeberkan selebar mungkin.

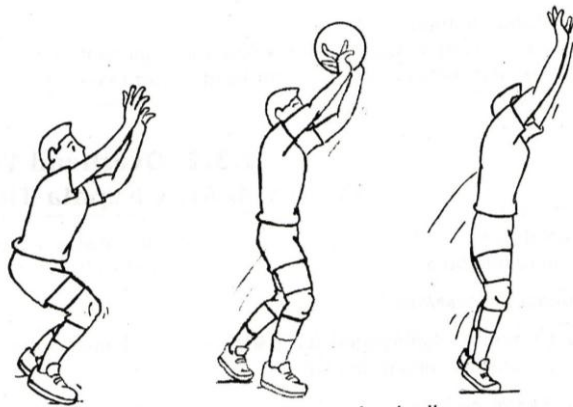
2. Tahap kedua

Fase sentuhan. Pemain menggerakkan tubuh dan lengannya ke belakang pada waktu terjadinya kontak dengan bola. Mula-mula bola disentuh dengan ujung-ujung jari yang dibeberkan selebar mungkin. Selama

melakukan *overhead volley*, kepala selalu ditegakkan kebelakang dan kedua paha menjuruskan ke depan.

3. Tahap ketiga

Fase follow-through. Sesudah selesai melambungkan bola, pemain langsung pindah tempat pada posisi berikutnya.



Gambar 2. Tahap-tahap melakukan *overhead volley* (Beutelstahl 2007:21-22)

Untuk mencapai pemahaman teknik dasar *passing* atas atau *overhead* dengan baik maka diperlukan latihan yang teratur dan terukur juga harus memperhatikan kesalahan pada setiap melakukan *passing* atas untuk instropeksi diri sehingga dapat menguasai teknik *passing* atas atau *overhead* dalam permainan bolavoli dengan baik. Kesalahan tersebut antara lain meliputi:

1. Tubuh tidak diarahkan sesuai dengan arah tujuan bola. Dengan kata lain *volley* terlalu cepat
2. Bola dimainkan pada saat tubuh bergerak. Dengan kata lain *volley* kurang cermat karena gerakan tubuh pemain

3. Kaki kurang lurus
4. Lengan kurang lurus
5. Pergelangan tangan terlalu kaku. Dengan kata lain *volley* kurang terkontrol
6. Jari-jari lerlau kaku dan lurus. Dengan kata lain, bola berputar di udara sesudah di *volley*
7. Ibu jari dijulurkan ke depan. Dengan kata lain, bola akan menyimpang ke kanan dan ke kiri
8. Kedua tangan terlalu jauh yang satu dengan yang lain. Dengan kata lain bola akan menyelip di antara kedua tangan
9. Gerakkan-gerakan kaki, bagian bawah tubuh dan lengan yang kurang terkoordinasi dengan baik.
10. Timing yang kurang baik sehingga kontak dengan bola terlalu cepat atau sudah terlambat.

D. Hakekat Sikap (Motivasi, Disiplin, dan Kerjasama)

1. Motivasi

Menurut Haziq Jauhary (2008: 5), motivasi merupakan kekuatan yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu demi mencapai tujuan tertentu.

Motivasi merupakan dorongan yang timbul pada diri seseorang secara sadar atau tidak sadar untuk melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu. Selain itu, motivasi berasal dari bahasa latin, *mafere* yang berarti dorongan atau daya penggerak (KBBI 1994; 666).

Dari definisi itu, dapat diketahui bahwa motivasi terjadi apabila seseorang mempunyai keinginan dan kemauan untuk melakukan segala sesuatu dalam rangka mencapai tujuan tertentu. Motivasi ibarat sebuah konsep hipotesis untuk kegiatan yang dipengaruhi oleh persepsi dan tingkah laku seseorang untuk mengubah situasi yang tidak memuaskan atau menyenangkan sesuatu kata hati.

2. Disiplin

Disiplin adalah tindakan manajemen untuk menegakkan standar organisasi (Davis dan Newstrom dalam Munasifah, 2008; 29). Sedangkan menurut Saydam dalam Munasifah, (2008; 29), disiplin adalah kemampuan untuk menguasai diri sendiri dan melaksanakan norma-norma yang berlaku dalam kehidupan bersama.

Ada empat perseptif dasar menyangkut disiplin, yaitu sebagai berikut (Munasifah 2008; 30);

- a. Disiplin *retributive*, yaitu terutama berusaha menghukum orang yang berbuat salah.
- b. Disiplin *korektif*, berupaya membantu mengoreksi perilaku yang tidak tepat.
- c. *Perspektif* hak-hak individu, berupaya melindungi hak-hak dasar individu selama tindakan-tindakan *displiner*.
- d. *Perspektif utilitarian*, berfokus hanya pada penggunaan disiplin hanya pada saat konsekuensi-konsekuensi tindakan disiplin melebihi dampak-dampak negatifnya.

3. Kerjasama

Kerjasama atau *Team Work* adalah keinginan untuk bekerja sama dengan orang lain secara kooperatif dan menjadi bagian dari kelompok. Bukan bekerja secara terpisah atau saling berkompetisi. Kompetensi kerjasama menekankan peran sebagai anggota kelompok, bukan sebagai pemimpin. Kelompok di sini dalam arti yang luas, yaitu sekelompok individu yang menyelesaikan suatu tugas atau proses <http://indosdm.com/kamus-kompetensi-kerjasama-team-work>

Menurut Matutina (2008), kerjasama adalah kemampuan seseorang tenaga kerja untuk bersama-sama dengan orang lain dalam menyelesaikan sesuatu tugas yang ditentukan, sehingga mencapai daya guna dan hasil guna sebesar-besarnya.

Sedangkan dalam situs <http://indosdm.com/kamus-kompetensi-kerjasama-team-work>, indikator perilaku kerjasama berdasarkan :

- a. Berpartisipasi, anggota kelompok yang baik adalah melakukan tugas/bagiannya.
- b. Mendukung keputusan kelompok.
- c. Sebagai anggota kelompok, mengupayakan agar anggota lain mendapat informasi yang relevan dan bermanfaat, misalnya informasi tentang proses kelompok, tindakan individual, atau hal-hal yang penting.

E. Hakekat Siswa Kelas VII SMP 1 PUNDONG

Siswa kelas VII SMP 1 Pundong merupakan siswa yang rata-rata berusia antara 12-14 tahun yang mengalami masa peralihan dari pendidikan di Sekolah Dasar (SD) ke Sekolah Menengah Tingkat Pertama (SMP). Pada usia ini siswa di SMP 1 Pundong sudah dapat menentukan pilihannya akan cabang olahraga yang sangat disukainya meski terkadang masih labil. Secara umum, mereka memiliki kemampuan dalam koordinasi dan kelincahan yang jauh lebih baik. Atas dasar pertimbangan pada faktor fisik, kognitif, dan budaya, mereka memilih untuk lebih mengkhususkan pada salah satu cabang yang dianggap mampu ia lakukan. Mereka sudah mulai bisa memahami kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya. Anak mulai mencari atau menghindari aktivitas yang tidak disukainya.

Pada siswa kelas VII SMP 1 Pundong ini, perlu adanya upaya guru dalam menentukan dan mengarahkan anak didiknya dalam jenis kelamin yang berbeda. Dalam konteks pembelajaran permainan bolavoli, guru bisa membagi siswa ke dalam dua kelompok, yaitu kelompok siswa putra dan kelompok siswa putri, dimana masing-masing kelompok terdiri dari 5 (lima) siswa.

Menurut Yudha (2001: 19-20) materi untuk pelajaran permainan bolavoli yang sesuai untuk kelas VII adalah permainan bolavoli yang lebih kompleks yang membutuhkan gerakan koordinasi yang lebih maju. Gerakkan ini lebih mengarah pada keterampilan olahraga sebagai berikut:

a. Permainan Kompetitif dan Kerjasama

1) Permainan yang menggunakan net

- 2) Permainan yang menggunakan alat pemukul
- 3) Permainan yang sifatnya saling menyerang
- 4) Permainan yang menggunakan sasaran
- 5) Permainan tradisional

b. Kegiatan Jasmani Serial

- 1) Gerakkan meniru binatang
- 2) Permainan gendongan atau gajah-gajahan
- 3) Permainan dengan mengikuti irama musik

c. Kegiatan Permainan Bolavoli

Kegiatan ini harus diberikan dalam bentuk bermain dan bukan dalam permainan bolavoli secara utuh. Siswa melakukan gerakan teknik permainan bolavoli dengan memodifikasi alat.

Selain itu menurut Rusli (2001: 19) faktor lainnya dipengaruhi oleh pengetahuan yang diperoleh anak, terutama mengenai manfaat atau tata cara melaksanakan tugas. Hal ini cenderung dijumpai di kalangan anak-anak yang sudah maju pengetahuannya seperti di kelas VII SMP 1 Pundong. Pengetahuan anak mengenai manfaat berlatih secara teratur seperti untuk meningkatkan kebugaran jasmani, rupa dan bentuk tubuh yang bagus, atau tidak mengalami kegemukan, dapat merupakan faktor penting untuk membentuk sikap positif. Itulah sebabnya, pada usia remaja (SMP), pengetahuan yang terkait dengan aktivitas jasmani sangat bermanfaat untuk membentuk sikap positif.

Jadi, dengan tahapan-tahapan tersebut, diharapkan siswa kelas VII lebih tertarik dengan fondasi gerakan permainan bolavoli dengan teknik

yang benar. Pada saat memasuki tahap spesifikasi, fondasi gerak dasar itu diharapkan sudah terbentuk.

F. PENELITIAN YANG RELEVAN

Penelitian mengenai proses pembelajaran baik secara teori maupun praktek di lapangan telah banyak dilakukan salah satunya penelitian tentang “Upaya Peningkatan Minat Passing Bawah Bolavoli Mini melalui Bermain pada Siswa Kelas IV SD Negeri 1 Redin Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo Tahun Ajaran 2013/2014” oleh Edi Nugroho (2013). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV SD Negeri 1 Redin yang berjumlah 21 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan permainan dapat meningkatkan penguasaan passing bawah pada siswa kelas IV SD Negeri 1 Redin. Berdasarkan hasil tes pada siklus pertama rata-rata nilai siswa adalah 68,45 meningkat menjadi 79,76 pada siklus kedua, sedangkan pada siklus ketiga nilai rata-rata siswa menjadi 88,10 meningkat dibanding siklus pertama dan kedua. Pada siklus ketiga 100% siswa dapat mencapai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimum) yaitu 65 untuk nilai Penjaskes di SD Negeri 1 Redin.

G. KERANGKA BERPIKIR

Pembelajaran jasmani dan olahraga oleh sekolah sejauh ini masih didominasi oleh pembelajaran ekspositori baik demonstrasi dan tanya jawab. Siswa diposisikan sebagai obyek, siswa dianggap tidak tahu atau belum tahu

apa-apa, sementara guru memposisikan diri sebagai subyek yang mempunyai pengetahuan.

Standar kompetensi dan kompetensi dasar pendidikan jasmani dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan dimaksudkan untuk mengembangkan kemampuan dalam penalaran dan mengkomunikasikan ide atau gagasan. Dalam kurikulum KTSP mata pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga diberikan kepada siswa untuk membekali mereka dengan kemampuan berpikir logis, analitis, sistematis, kritis dan kreatif, serta kemampuan bekerjasama. Sehingga guru selalu dituntut untuk kreatif dalam melaksanakan proses pembelajaran agar menumbuhkan minat, motivasi dan mendapatkan hasil yang maksimal atas peningkatan pembelajaran siswa.

Teknik *passing* atas merupakan materi di dalam permainan bolavoli. Menurut Beutelstahl (2007:21) *overhead volley* atau *passing* atas adalah jenis volley (suatu pukulan melambungkan bola) yang paling populer. *Passing* atas harus banyak dilatih supaya arah bola terkendali dan tidak sampai menimbulkan cedera jari. Oleh karena itu, dalam pembelajaran materi pokok permainan bola voli terutama teknik *passing* atas diperlukan komunikasi atau arahan yang tepat dari guru kepada siswa supaya cedera dapat dihindari dan mendapatkan hasil yang maksimal dalam melakukan teknik *passing* atas. Karena teknik *passing* atas belum dikuasai maka perlu diupayakan peningkatan.

Salah satu upaya untuk meningkatkan penguasaan *passing* atas khususnya perlu diterapkan metode pembelajaran yang tepat dalam hal ini

peneliti menggunakan metode pembelajaran kooperatif. Metode pembelajaran kooperatif adalah strategi belajar dengan sejumlah siswa sebagai anggota kelompok kecil yang tingkat kemampuannya berbeda. Pembelajaran kooperatif merupakan suatu proses belajar yang dilakukan dengan cara bimbingan antar teman sejawat, sebelumnya pemberian pengetahuan atau materi *passing* atas dari guru kepada siswa di dalam suatu proses pembelajaran yang terprogram. Berdasarkan pemikiran tersebut penulis merancang pelaksanaan pembelajaran yang akan dibutuhkan sebagai pengamatan dalam mengetahui tingkat perkembangan dan keberhasilan dari metode yang diterapkan. Yang mana pembukuan tersebut adalah perwujudan penulisan penelitian tindakan kelas (PTK) yang penulis lakukan dalam rangka meningkatkan kemampuan dan prestasi siswa kelas VII SMP N 1 Pundong di bidang olahraga khususnya dalam permainan bolavoli.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (*Classroom Action Research*), yang dilakukan secara kolaboratif dan partisipatif. Artinya peneliti tidak melakukan penelitian sendiri, namun berkolaborasi atau kerja sama dengan mitra peneliti dan siswa kelas VII A SMP N 1 PUNDONG . Secara partisipasi, peneliti bersama-sama dengan mitra peneliti akan melaksanakan penelitian ini langkah demi langkah. Model yang digunakan dalam penelitian ini adalah model Kurt Lewis, yaitu yang terdiri dari perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi.

B. Setting Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP N 1 Pundong tahun Pelajaran 2014/2015. Penelitian yang dilaksanakan dalam dua siklus ini akan mengaplikasikan pembelajaran dengan pokok permasalahan bagaimana cara meningkatkan prestasi penguasaan teknik dasar passing atas dengan menggunakan model kooperatif.

Subyek penelitian ini adalah siswa kelas VII A SMP N 1 PUNDONG Kab Bantul dengan jumlah siswa 30 . Penelitian ini dilaksanakan oleh tiga orang guru pendidikan jasmani yang dua orang adalah mitra peneliti, dalam hal ini berperan sebagai observer atau pengamat selama pembelajaran

berlangsung, dan peneliti sendiri dalam hal ini sebagai pelaksana pembelajaran atau sebagai guru.

C. Prosedur Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan model yang didasarkan atas konsep pokok bahwa penelitian tindakan terdiri dari empat komponen pokok yang juga menunjukkan langkah satu putaran siklus, komponen tersebut yaitu (Arikunto, 2006:98-99):

1. Penencanaan atau *Planning*, yang menjelaskan tentang apa, mengapa, kapan, dimana, oleh siapa, dan bagaimana tindakan tersebut dilakukan.
2. Tindakan atau *Acting*, yaitu implementasi atau penerapan isi rancangan di dalam kancah, yakni mengenakan tindakan di kelas.
3. Pengamatan atau *Observing*, yaitu pelaksanaan pengamatan oleh pengamat.
4. Refleksi atau *Reflektng*, yaitu kegiatan untuk mengemukakan kembali apa yang sudah terjadi.

Hubungan dari empat komponen tersebut menunjukkan satu putaran siklus atau kegiatan berkelanjutan.

Adapun penjelasan lebih rinci persiklus dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Siklus I

a. Perencanaan

- 1) Penentuan waktu tindakan kelas

- 2) Penentuan tindakan yang akan diberikan (game dan materi)
- 3) Membuat RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran)
- 4) Menyiapkan peralatan yang dibutuhkan dalam pembelajaran.
- 5) Mempersiapkan lembar pengamatan dan petunjuk kegiatan.

b. Pelaksanaan

1) Pendahuluan

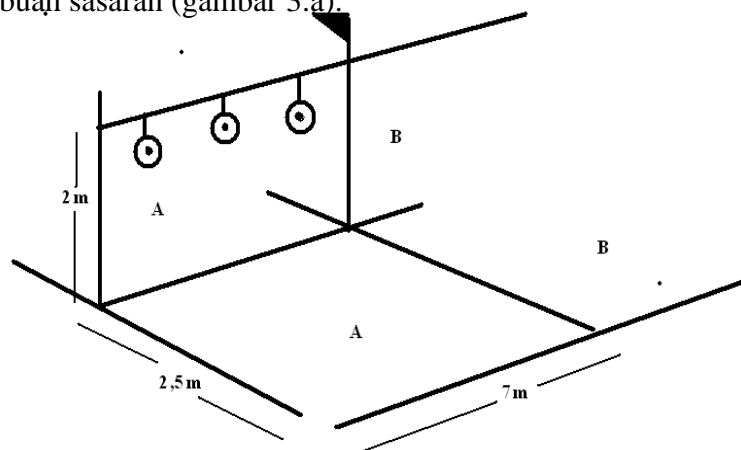
- a) Siswa dibariskan, dihitung, dipimpin berdoa
- b) Apersepsi
- c) Memberikan contoh-contoh pemanasan dan mengawasi

2) Kegiatan Inti

a) Permainan

Melempar sasaran menggunakan bola voli, dengan sasaran yang digantung ditali:

- (1) Guru memancang tali pada kedua tiang dibagi menjadi dua lapangan bolavoli dengan ukuran tinggi 2 m, 1 lapangan untuk putra dan 1 lapangan untuk putri. Pada tali digantungkan sebuah sasaran (gambar 3.a).

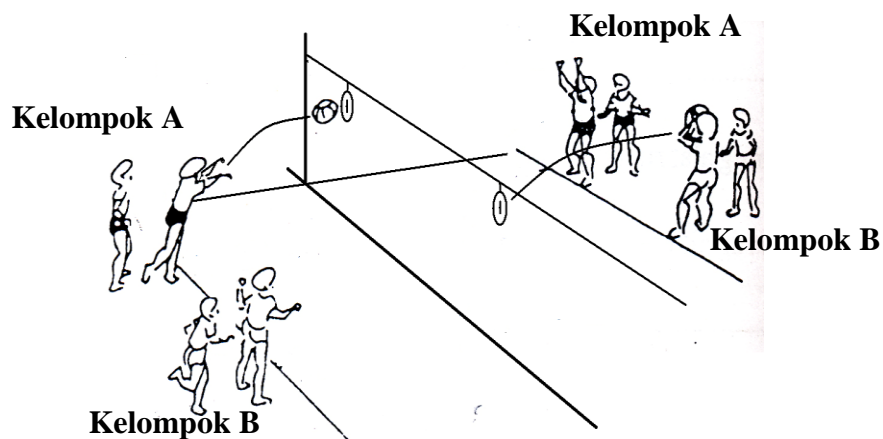


Gambar 3.a Lapangan Permainan (Arikunto, 2006:98-99)

(2) Siswa dibagi menjadi 1 kelompok putra dan 1 kelompok putri.

Dalam permainan ini kelompok putra dibagi dalam kelompok A, B, C dan kelompok putri dibagi dalam kelompok D, E, F.

(3) Siswa dibariskan di dalam lapangan bolavoli masing-masing kelompok dibawah tali, setiap kelompok membawa satu bola voli, kemudian melempari sasaran dengan posisi kedua tangan seperti teknik *passing* atas, dan dilakukan dalam lomba selama 5 menit diusahakan bola mengenai sasaran, Guru memberi aba-aba mulai (gambar 3.b). Setiap siswa yang dapat mengenai sasaran mendapat nilai 1. Kelompok yang mendapat nilai terbanyak sebagai juara.

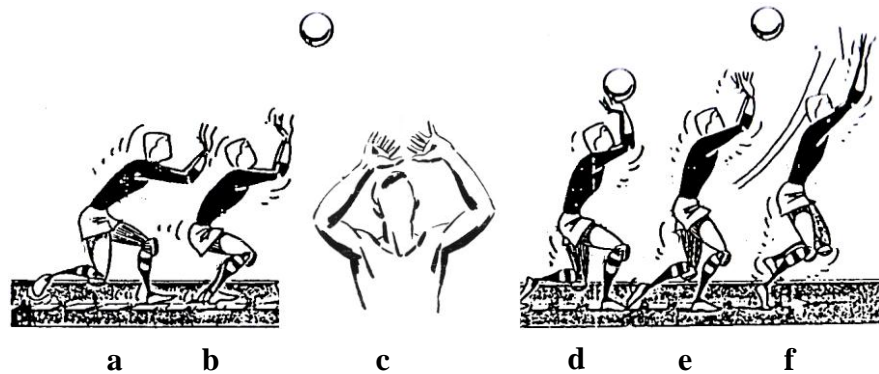


Gambar 3.b Permainan lempar sasaran (Arikunto, 2006:98-99)

Tujuan untuk pengenalan *passing* atas dan supaya arah bola dapat tepat kesasaran yang diinginkan.

b) Teknik Passing atas.

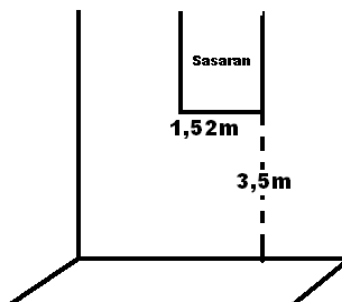
- (1) Tahapan Pertama atau tehnik 1 *passing* atas menggunakan bola voli.



Gambar 4. Teknik 1 *passing* atas (Arikunto, 2006:98-99)

- (a) Siswa dalam posisi melangkah dengan santai ke arah jatuhnya bola (gambar 4.a).
- (b) Siapkan posisi, bahu sejajar sasaran, kaki merenggang dan pandangan ke depan (gambar 4.b). Tahan posisi tangan di depan pelipis, kemudian melihat bola melalui “jendela” yang dibentuk tangan seperti gambar 4.c.
- (c) Terima bola pada bagian belakang bawah dengan posisi kaki kanan sehingga kaki kiri dapat mendorong tubuh, terima bola dengan 2 persendian teratas dari jari dan ibu jari (gambar 4.d)
- (d) Pindahkan berat badan ke arah sasaran sambil kaki kiri mendorong tubuh ke depan, arahkan bola sesuai ketinggian yang diinginkan (gambar 4.e)

- (e) Luruskan tangan sepenuhnya, pinggul bergerak maju ke arah sasaran, dan pindahkan berat badan ke arah sasaran (gambar 4.f)
- (f) Siswa dinilai secara individu dan penilaiannya menggunakan tes keterampilan bermain bolavoli dari Brady (PP.PBVSI, 1995:78-79) yaitu siswa melakukan *passing* atas ke arah sasaran yang telah dibuat dengan ukuran lebar 1,52m ketinggian petak sasaran tidak terbatas dan jarak petak sasaran dari lantai 3,5m (Gambar. 5).



Gambar 5. Sasaran *Passing* Atas (Brady, PP.PBVSI, 1995:78-79)

- (g) Siswa melakukan tes tersebut selama 1 menit dengan kriteria penilaian (Tabel.1) dan berupaya memvoli bola plastik ke arah sasaran sebanyak mungkin dengan teknik yang benar.

Tabel.2 Kriteia Penilaian

Butir Tes	Kriteria (Mengenai Sasaran)	Nilai	Keterangan
<i>Passing</i> Atas	35 – 40	5	Baik sekali
	29 – 34	4	Baik
	23 – 28	3	Cukup
	17 – 22	2	Sedang
	≤ 16	1	Kurang

Tujuan tehnik tahap 1 ini siswa agar mampu dan berani melakukan passing atas dengan benar, lurus, dan tepat pada sasaran.

- (2) Tahapan kedua atau tehnik 2 *passing* atas menggunakan bola plastik dan diarahkan atau dioper ke teman 1 kelompok.



Gambar 6. Teknik 2 *passing* atas (Arikunto, 2006:98-99)

- (a) Persiapan dan pelaksanaan seperti tahapan 1 gambar 4.a-f, *passing* atas menggunakan bola voli dengan sasaran teman seperti pada gambar 6.
- (b) Siswa diharuskan melakukan *passing* atas setiap passing atas yang tepat mengenai teman sekelompok maka diberi nilai 1.

Tujuan tehnik tahap 2 ini siswa biar mampu dan berani melakukan *passing* atas dengan benar dan tepat dalam mengoper pada teman.

3) Penutup

Siswa dibariskan, dihitung, evaluasi, berdoa dan dibubarkan

c. Pengamatan

- 1) Pengamatan pelaksanaan pembelajaran pada waktu pelaksanaan kegiatan.
- 2) Pengisian lembar observasi
- 3) Mendokumentasikan pembelajaran

d. Refleksi

Setelah pelaksanaan PTK selesai peneliti mengamati hasil yang telah disusun dan menganalisa data yang telah diperoleh dari lembar observasi, masukan dari teman sejawat (*critical friend*), guru penjas yang bersangkutan, dan kemudian dilakukan refleksi. Refleksi ini dilakukan untuk menilai tindakan yang akan diberikan. Selanjutnya mengadakan evaluasi tentang PTK, dengan cara diskusi tentang masalah yang muncul dalam pembelajaran

2. Siklus II

Karena dalam siklus I banyak siswa yang belum tuntas maka perlu perbaikan pada siklus II.

a. Perencanaan

- 1) Berdiskusi dengan teman sejawat dan guru penjas mengenai pembelajaran yang akan diberikan dalam siklus II.
- 2) Penentuan tindakan yang akan diberikan (game dan materi)

- 3) Membuat RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran)
 - 4) Menyiapkan peralatan yang dibutuhkan dalam pembelajaran.
 - 5) Mempersiapkan lembar pengamatan dan petunjuk kegiatan.
- b. Pelaksanaan

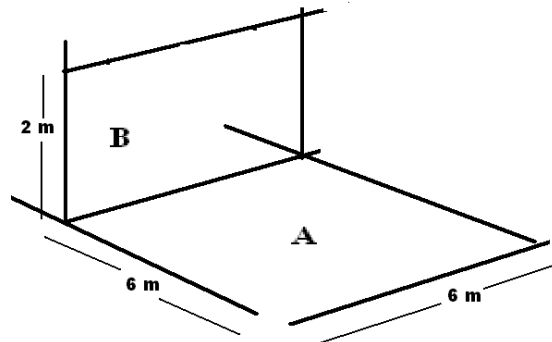
1) Pendahuluan

- a) Siswa dibariskan, dihitung, dipimpin berdoa
- b) Apersepsi
- c) Memberikan contoh-contoh pemanasan dan mengawasi

2) Kegiatan Inti

a) Permainan

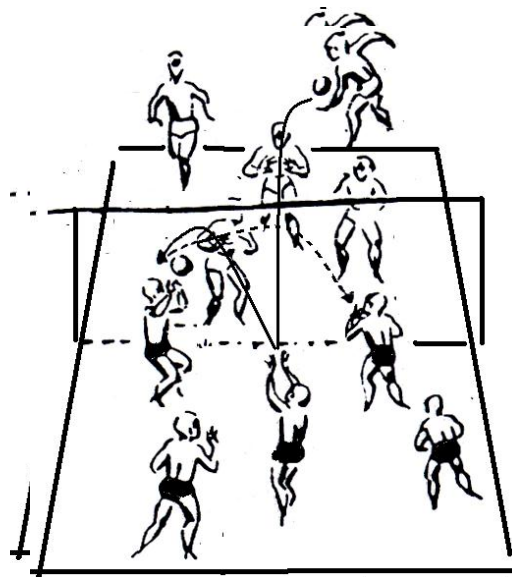
- (1) Guru memancang tali pada kedua tiang di dua lapangan bola voli dengan ukuran tinggi 2 m, 1 lapangan untuk putra dan 1 lapangan untuk putri (gambar 7.a).



Gambar 7.a. Lapangan Permainan (Arikunto, 2006:98-99)

- (2) Siswa dibagi menjadi 1 kelompok putra dan 1 kelompok putri. Dalam permainan ini kelompok putra dibagi dalam kelompok A, B, C dan kelompok putri di bagi dalam kelompok D, E, F. Tiap kelompok terdiri dari 5 siswa

- (3) Siswa disiapkan dalam lapangan bolavoli masing-masing kelompok permainan seperti permainan bolavoli Selain itu siswa menerima dan mengoper dengan posisi kedua tangan seperti teknik passing atas, dan dilakukan dalam lomba selama 10 menit, Guru memberi aba-aba mulai (gambar 7.b), siswa yang mampu mengenai daerah kosong atau membuat regu lawan melakukan kesalahan dalam melakukan passing atas mendapat nilai 1. Kelompok yang mendapat nilai terbanyak sebagai juara.



Gambar 7.b Permainan *passing* atas berkelompok (Arikunto, 2006:98-99)

Tujuan dari permainan ini adalah untuk memberikan rasa senang, percaya diri, keberanian dan bersaing dalam penguasaan passing atas dan supaya siswa membiasakan diri terhadap bola dan lapangan permainan.

b) Teknik *Passing* Atas.

- (1) Tahapan Pertama atau tehnik 1 passing atas menggunakan bola voli ukuran no 4.
 - (a) Siswa dalam posisi melangkah dengan santai ke arah jatuhnya bola (gambar 4.a).
 - (b) Siapkan posisi, bahu sejajar sasaran, kaki merenggang dan pandangan ke depan (gambar 4.b). Tahan posisi tangan di depan pelipis, kemudian melihat bola melalui “jendela” yang dibentuk tangan seperti gambar 4.c.
 - (c) Terima bola pada bagian belakang bawah dengan posisi kaki kanan sehingga kaki kiri dapat mendorong tubuh, terima bola dengan 2 persendian teratas dari jari dan ibu jari (gambar 4.d)
 - (d) Pindahkan berat badan ke arah sasaran sambil kaki kiri mendorong tubuh ke depan, arahkan bola sesuai ketinggian yang diinginkan (gambar 4.e)
 - (e) Luruskan tangan sepenuhnya, pinggul bergerak maju kearah sasaran, dan pindahkan berat badan kearah sasaran (gambar 4.f)
 - (f) Siswa dinilai secara individu dan penilaiannya menggunakan tes keterampilan bermain bolavoli dari Brady (PP.PBVSI, 1995:78-79) yaitu siswa melakukan *passing* atas kearah sasaran yang telah dibuat dengan

ukuran lebar sasaran 1,52m ketinggian petak sasaran tidak terbatas dan jarak petak sasaran dari lantai 3,5m (Gambar. 5).

- (g) Siswa melakukan tes tersebut selama 1 menit dengan kriteria penilaian (Tabel.1) dan berupaya melakukan passing atas dengan bola voli kearah sasaran sebanyak mungkin dengan teknik yang benar.

Tujuan tehnik tahap 1 ini siswa biar mampu dan berani melakukan passing atas dengan benar, lurus, dan tepat pada sasaran.

- (2) Tahapan kedua atau tehnik 2 passing atas menggunakan bola voli dan diarahkan atau dioper ke teman 1 kelompok.
 - (a) Persiapan dan pelaksanaan seperti tahapan 1 gambar 4.a-f, passing atas menggunakan bola plastik dengan sasaran teman seperti pada gambar 5.
 - (b) Siswa diharuskan melakukan passing atas setiap passing atas yang tepat mengenai teman sekelompok maka diberi nilai 1.

Tujuan tehnik tahap 2 ini siswa biar mampu dan berani melakukan passing atas dengan benar dan tepat dalam mengoper pada teman.

3) Penutup

Siswa dibariskan, dihitung, evaluasi, berdo'a dan dibubarkan

c. Pengamatan

- 1) Pengamatan pelaksanaan pembelajaran pada waktu pelaksanaan kegiatan.
- 2) Pengisian lembar observasi

d. Refleksi

Refleksi siklus II digunakan untuk membedakan hasil siklus I dengan siklus II, hal ini berkaitan dengan partisipasi siswa dalam melakukan passing atas, selain itu juga untuk mengetahui hasil pembelajaran siswa. Hasil pembelajaran dilakukan tes unjuk kerja sama, sedangkan penilaiannya ditulis dalam lembar pengamatan dan wawancara yang dilakukan oleh Guru pengamat.

D. Teknik Pengumpulan Data

Data yang diperlukan dalam penelitian tindakan kelas ini berupa catatan tentang hasil amatan. Hasil amatan tersebut dikumpulkan melalui pengamatan (data observasi), hasil tes siswa (tes unjuk kerja sama) dan wawancara (tanggapan siswa terhadap pembelajaran). Wawancara dilakukan dengan cara mengambil 6 siswa dari 30 siswa, kemudian dari ke 6 siswa tersebut diambil secara acak 3 siswa untuk diwawancarai mengenai pembelajaran dari tiap siklus yang diberikan oleh peneliti. Wawancara terhadap siswa dilaksanakan pada pertemuan setiap siklus, setelah tindakan selesai.

E. Teknik Analisis Data

Data dalam penelitian ini berupa data-data dalam bentuk lembar observasi, wawancara, dan tes hasil belajar.

1. Analisis Data Lembar Observasi

Data observasi diperoleh pada setiap tindakan untuk menilai ada perubahan peningkatan sikap siswa pada setiap siklus. Data disajikan secara deskriptif pada hasil penelitian.

2. Analisis Data Hasil Tes Siswa

Hasil tes yang dilaksanakan pada akhir pertemuan dihitung nilai rata-rata, kemudian dikategorikan dalam batas-batas penilaian yang didasarkan pada ketuntasan siswa terhadap materi pelajaran yang diberikan.

3. Analisis Data Lembar Wawancara

Hasil wawancara yang dilaksanakan pada akhir pertemuan atau pada waktu akhir pembelajaran tiap siklus, kemudian data disajikan secara deskriptif pada hasil penelitian.

F. Indikator Keberhasilan Tindakan

Indikator keberhasilan tindakan meliputi perubahan siswa dalam mengikuti pembelajaran (*passing* atas), siswa terlihat antusias, senang, dan juga aktif dalam mengikuti pembelajaran serta ditandai dengan peningkatan nilai siswa terutama penguasaan teknik *passing* atas.

Untuk menentukan tingkat keberhasilan siswa dalam penelitian ini adalah

1. Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) Passing atas menurut Depdiknas (2008, 492) sebagai berikut:

a. Kompleksitas (n_1)

- 1) Tinggi, rentang nilai antara 50 – 64 dengan skor 1
- 2) Sedang, rentang nilai antara 65-80 dengan skor 2
- 3) Rendah, rentang nilai antara 81-100 dengan skor 3

b. Daya dukung (n_2)

- 1) Tinggi, rentang nilai antara 81-100 dengan skor 3
- 2) Sedang, rentang nilai antara 65-80 dengan skor 2
- 3) Rendah, rentang nilai antara 50 – 64 dengan skor 1

c. Intake (n_3)

- 1) Tinggi, rentang nilai antara 81-100 dengan skor 3
- 2) Sedang, rentang nilai antara 65-80 dengan skor 2
- 3) Rendah, rentang nilai antara 50 – 64 dengan skor 1

Jika indikator memiliki kriteria maka nilainya adalah rata-rata setiap nilai dari kriteria yang kita tentukan atau dirumuskan sebagai berikut;

$$\text{KKM} = \frac{n_1 + n_2 + n_3}{9} \times 100$$

2. Prosentase penguasaan kegiatan secara klasikal yang dirumuskan sebagai berikut:

$$\text{Ketuntasan Klasikal} = \frac{\text{Jumlah subyek berhasil}}{\text{Jumlah subyek keseluruhan}} \times 100\%$$

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi, Subjek, Waktu, dan Data Penelitian

Lokasi Penelitian ini yaitu di SMP Negeri 1 Pundong Bantul. Subyek penelitian ini adalah siswa kelas VII a SMP Negeri 1 Pundong Bantul yang terdiri dari 30 siswa. Waktu penelitian mulai bulan Februari sampai Maret 2015. Teknik pengumpulan data menggunakan analisis data lembar observasi, wawancara, dan hasil belajar. Data yang diambil adalah mengenai meningkatkan pembelajaran teknik *passing* atas melalui metode pembelajaran kooperatif dalam permainan bolavoli di SMP Negeri 1 Pundong Bantul Siswa Kelas VII A.

B. Proses Penelitian

Proses penelitian diawali dengan peneliti melakukan observasi terhadap proses pembelajaran penjasorkes pada kelas VII A SMP Negeri 1 Pundong Bantul, dalam observasi tersebut ditemukan bahwa hasil proses pembelajaran dalam bentuk komunikasi satu arah masih belum mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM).

Dalam proses pembelajaran dengan system komunikasi satu arah seperti yang biasa dilaksanakan di sekolah, Penulis yang dalam hal ini bertindak sebagai Guru memberikan materi berupa teori *passing* atas pada permainan bolavoly, memberikan contoh, kemudian dipraktekkan siswa-siswa secara bergantian. Kegiatan ini diujicobakan pada tanggal 16 Februari 2015

selama 2 jam pelajaran ($2 \times 40 \text{ menit} = 80 \text{ menit}$) dengan penilaian oleh kolaborator kepada 30 siswa kelas VII A SMP Negeri 1 Pundong menunjukkan hasil hanya 6,66 % siswa melakukan sikap tubuh dengan benar, 10 % siswa posisi kedua tangannya tepat, 40 % siswa pandangan matanya selalu ke arah bola, dan hanya 26,67 % siswa bisa melakukan sikap *passing* atas dengan benar, sehingga apabila dibuat rata-rata, hanya 20,83 % siswa bisa melakukan *passing* atas secara benar. (Lampiran 2)

Pada minggu berikutnya, yaitu tanggal 23 Februari 2015, masih dengan proses pembelajaran yang sama, dilakukan pendalaman materi tentang *passing* atas, dan hasil penilaian dari kolaborator menunjukkan belum ada kenaikan yang berarti, karena kemampuan siswa apabila dibuat rata-rata hanya mencapai 24,16 % (Lampiran 3)

Selanjutnya peneliti melakukan upaya peningkatan pembelajaran *passing* atas dalam permainan bolavoli dengan metode kooperatif pada kelas VII A SMP Negeri 1 Pundong Bantul yang dilakukan 2 siklus dengan 2 kali pertemuan. Pada akhir setiap pertemuan selalu dilakukan evaluasi pembelajaran bolavoli.

Proses penelitian ini dijabarkan melalui empat tahapan dalam tiap siklus antara lain :

1. Siklus I

a. Perencanaan (*Planning*)

Pada tahap perencanaan ini kegiatan yang dilakukan adalah menentukan pokok permasalahan dalam penelitian, membuat skenario

pembelajaran dan menyiapkan sarana dan prasarana yang akan digunakan dalam proses pembelajaran. Pada tahap ini peneliti sudah mendata dan mengidentifikasi serta menganalisis yang akan dilakukan dalam penelitian tindakan kelas.

b. Pelaksanaan Tindakan (*Action*)

Pelaksanaan tindakan kelas pada proses pembelajaran dalam satu siklus berlangsung 1 kali pertemuan tatap muka. Pertemuan dilaksanakan pada tanggal 02 Maret 2015 selama 2 jam pelajaran (80 menit). Materi pokok pembelajaran tentang teknik *passing* atas pada permainan bolavoli. Adapun jalannya pembelajaran adalah sebagai berikut : Siswa diberi permainan yang mendukung metode kooperatif yaitu siswa diajak bekerja sama untuk menyelesaikan masalah dalam bentuk permainan. Permainannya adalah lempar sasaran dengan ketentuan sebagai berikut. Siswa dibagi menjadi kelompok putra dan kelompok putri. Dalam permainan ini kelompok putra dibagi dalam kelompok A, B, dan C dan putri dibagi dalam kelompok D, E, dan F, dengan jumlah 5 orang tiap kelompok. Dalam setiap kelompok diberikan 1-2 orang anggota yang dianggap sudah bisa melakukan *passing* atas dengan benar, sesuai hasil penilaian proses pembelajaran dengan sistem komunikasi satu arah.

C. Siswa dibariskan didalam lapangan bolavoli masing-masing kelompok di bawah net, setiap kelompok membawa satu bola volly, kemudian melakukan persiapan *passing* atas dengan posisi tubuh dan kedua

tangan serta kaki seperti teknik *passing* atas yang benar. Masing-masing kelompok wajib berlatih hingga semua anggota kelompok mampu melaksanakan *passing* atas dengan benar. Selanjutnya dilakukan lomba antar kelompok selama 5 menit.. Setiap siswa dalam kelompok yang mampu melakukan *passing* atas dengan benar mendapatkan nilai 4, sehingga kelompok yang mendapat total nilai terbanyak sebagai juara.

Setelah melakukan cukup permainan, maka siswa disuruh melakukan tes evaluasi yaitu dengan melakukan *passing* atas kearah dinding yang telah disediakan peneliti. Kemudian dievaluasi oleh peneliti dan kolabolator.

c. Observasi

Pelaksanaan penelitian ini, peneliti didampingi oleh 2 orang kolaborator yang melakukan kolabolatoran dengan mencatat dan mendokumentasikan hal-hal yang terjadi selama tindakan berlangsung. Kolabolatoran yang dilakukan oleh kolabolator dengan berpedoman pada lembar observasi (lampiran 4).

d. Refleksi

Setelah selesai tindakan sampai akhir siklus, peneliti dan kolabolator mendiskusikan hasil kolabolatoran. Dengan adanya tindakan penelitian ini meningkatkan gairah dan semangat siswa untuk belajar bolavoli khususnya teknik *passing* atas. Demikian juga hasil belajar dari tindakan pertama sampai akhir siklus ada peningkatan kemampuan *passing* atas.

Berdasarkan hal tersebut maka peneliti dengan kolabolator membandingkan hasil penilaian dan diperoleh nilai rata-rata kelas siswa (mean) kelas VII a adalah 44,17 % (Lampiran 4) atau masih sekitar 25,83 % kurang dari nilai KKM yang di tentukan sekolah yaitu 70. Meski belum mendapatkan hasil yang optimal, namun sudah terjadi peningkatan yang cukup tajam dikarenakan siswa yang belum bisa melakukan passing atas dengan benar termotivasi oleh siswa yang sudah mampu dalam kelompoknya. Siswa juga termotivasi untuk bisa memenangkan lomba antar kelompok dalam kelasnya.

Dengan hasil seperti tersebut di atas, peneliti berkoordinasi dengan kolabolator, dan sepakat untuk melanjutkan penelitian ke siklus II.

2. Siklus II

a. Perencanaan (*Planning*)

Pada tahap perencanaan ini kegiatan yang dilakukan adalah menentukan pokok permasalahan dalam penelitian, membuat skenario pembelajaran dan menyiapkan sarana dan prasarana yang akan digunakan dalam proses pembelajaran. Pada tahap ini peneliti sudah mendata dan mengidentifikasi serta menganalisis yang akan dilakukan dalam penelitian tindakan kelas.

b. Pelaksanaan Tindakan (*Action*)

Pelaksanaan tindakan kelas pada proses pembelajaran dalam satu siklus berlangsung 1 kali pertemuan tatap muka. Pertemuan

dilaksanakan pada tanggal 09 Maret 2015 selama 2 jam pelajaran (80 menit). Materi pokok pembelajaran tentang teknik *passing* atas pada permainan bolavoli. Adapun jalanya pembelajaran adalah sebagai berikut : Seperti pada proses pembelajaran siklus I, pada siklus II ini siswa juga dibagi menjadi kelompok putra dan kelompok putri. Dalam permainan ini kelompok putra dibagi dalam kelompok A, B, dan C dan putri dibagi dalam kelompok D, E, dan F, dengan jumlah 5 orang tiap kelompok. Dalam setiap kelompok diberikan 2-3 orang anggota yang dianggap sudah bisa melakukan *passing* atas dengan benar, sesuai hasil penilaian pada siklus I.

Masing-masing kelompok disiapkan dalam lapangan voli, permainan seperti bolavoli. selain itu siswa menerima dan mengoper dengan posisi kedua tangan seperti teknik *passing* atas, dan dilakukan dalam lomba seperti pada siklus I, tetapi dalam waktu 10 menit. Guru memberi aba-aba mulai, siswa yang mampu mengenai daerah kosong atau siswa melakukan kesalahan dalam melakukan *passing* atas mendapat nilai 1, sementara siswa yang mampu melakukan *passing* atas dengan benar akan mendapatkan nilai 4. Kelompok yang mendapat nilai terbanyak sebagai juara.

Setelah melakukan cukup permainan, maka siswa disuruh melakukan tes evaluasi yaitu dengan melakukan *passing* atas ke arah dinding yang telah disediakan peneliti. Kemudian dievaluasi oleh peneliti dan kolabolator.

c. Observasi

Pelaksanaan penelitian ini, peneliti didampingi oleh 2 orang kolabolator yang melakukan kolabolatoran dengan mencatat dan mendokumentasikan hal-hal yang terjadi selama tindakan berlangsung. Kolabolatoran yang dilakukan oleh kolabolator dengan berpedoman pada lembar observasi (lampiran 5).

d. Refleksi

Setelah selesai tindakan sampai akhir siklus, peneliti dan kolabolator mendiskusikan hasil kolabolatoran. Dengan adanya tindakan penelitian ini meningkatkan gairah dan semangat siswa untuk belajar bolavoli khususnya teknik *passing* atas. Demikian juga hasil belajar dari tindakan pertama sampai akhir siklus ada peningkatan kemampuan *passing* atas.

Berdasarkan hal tersebut maka peneliti dengan kolabolator membandingkan hasil penilaian psikomotor pada lampiran 3 dan diperoleh nilai rata-rata kelas siswa (mean) kelas VII a adalah 72,5 % (Lampiran 5) atau 02,5 % lebih dari nilai KKM yang di tentukan sekolah yaitu 70. Sehingga setelah berkoordinasi dengan kolabolator, maka penelitian pada siklus II sudah dapat dihentikan.

C. Deskripsi Hasil Penelitian

Dari hasil observasi sebelum dilaksanakan tindakan kelas dengan metode kooperatif, peneliti masih menggunakan metode komunikasi satu arah, diperoleh hasil sebagaimana perolehan skor yang diamati kolaborator bahwa

kemampuan dan kemauan siswa kelas VII A SMP Negeri 1 Pundong Bantul dalam pembelajaran bolavoli sangat kurang. Hal tersebut dapat dilihat dari sikap dan kemampuan bergerak siswa dalam nilai pembelajaran bolavoli, prosentase penguasaan *passing* atas secara klasikal hanya mencapai 20,83% (Lampiran 2) pada pertemuan pertama, dan 24,16 % (Lampiran 3) pada pertemuan kedua, sehingga belum mencapai rata-rata Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yaitu 70.

Hal ini membuat peneliti sekaligus guru bidang studi penjasorkes di SMP Negeri 1 Pundong Bantul mencari penyebabnya yang membuat siswa dalam pembelajaran bolavoli nilai rata-rata tidak mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang telah ditetapkan.

Dari hasil kolabolatoran peneliti di lapangan pada saat pembelajaran berlangsung sesuai jadwal yang ditetapkan dapat diungkap permasalahan-permasalahan yang ada pada siswa Kelas VII A SMP Negeri 1 Pundong Bantul, sehingga berdasarkan permasalahan tersebut, maka perlu dilakukan suatu tindakan upaya peningkatan pembelajaran bolavoli dengan menggunakan sebuah metode yang tepat salah satunya metode kooperatif. Penelitian ini berlangsung dalam dua siklus dengan 2 kali pertemuan tatap muka. Setiap pertemuan tatap muka menggunakan waktu 2 jam pelajaran (2 x 40 menit = 80 menit) perminggu. Pada awal dan akhir siklus diadakan evaluasi tentang proses pembelajaran yang telah berlangsung.

D. Implementasi Tindakan

1. Tindakan Penelitian

a. Pokok kajian Tindakan Penelitian

Pelaksanaan tindakan merupakan penerapan rancangan yang telah dibuat bersama-sama menggunakan metode kooperatif yaitu upaya peningkatan penguasaan *passing* atas dalam permainan bolavoli melalui metode kooperatif pada siswa kelas VII A SMP Negeri 1 Pundong Bantul. Selama tindakan berlangsung peneliti dan kolabolator selalu mengevaluasi pelaksanaan tersebut apakah sesuai rencana atau tidak. Peneliti sekaligus sebagai guru bersama kolabolator melakukan observasi dengan mencatat berbagai kejadian pada saat proses pembelajaran.

b. Rencana Tindakan Penelitian

Penelitian ini berlangsung dalam dua siklus yang dilaksanakan dalam dua kali pertemuan selama 2 minggu. Dalam satu kali pertemuan berlangsung selama 80 menit atau 2 jam pelajaran. Selama proses tindakan berlangsung peneliti bersama kolaborator selalu mengamati dan mendiskusikan kegiatan yang telah terjadi, melalui catatan lapangan dan pengisian blangko observasi agar hasil kolabolatoran dapat direfleksikan.

c. Pelaksanaan Tindakan Penelitian

Penelitian tindakan kelas ini berlangsung dalam dua siklus yang dilaksanakan dalam bentuk pembelajaran penjasorkes selama 2 kali pertemuan tatap muka.

- 1) Pertemuan siklus I dan II dilaksanakan pada tanggal 02 dan 09 Maret 2015 selama 2 jam pelajaran (80 menit). Materi pokok

pembelajaran adalah *passing* atas dalam permainan bolavoli menggunakan metode kooperatif dan diberi berbagai variasi permainan.

2) Pada pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan dengan pembagian waktu antara kegiatan pendahuluan, kegiatan inti dan kegiatan penutup yang penjabarannya sebagai berikut :

a) Pendahuluan (7 menit)

Dalam setiap pertemuan selalu diawali dengan membariskan siswa dan berdoa. Kemudian melakukan presensi dan apersepsi. Dilanjutkan dengan Memberikan contoh-contoh pemanasan dan mengawasi.

b) Kegiatan Inti (65 menit)

Pada kegiatan inti pada kedua siklus, peneliti menggunakan permainan atau *game* terlebih dahulu yaitu pada siklus I dilanjutkan dengan lomba antar kelompok masing-masing selama 5 menit dan siklus II menggunakan permainan *passing* atas berkelompok dilanjutkan lomba antar kelompok masing-masing selama 10 menit. Setelah melakukan permainan selesai, kemudian siswa dibariskan kembali dan dievaluasi dalam penguasaan *passing* atas oleh peneliti dan kolaborator .

c) Kegiatan Penutup (8 menit)

Siswa melakukan pendinginan, diskusi dan Tanya jawab tentang materi yang telah dilaksanakan. Dan pada setiap akhir pembelajaran selalu ditutup dengan berbaris dan berdoa.

2. Kolaborasi

a. Kolaborasi terhadap guru

Berdasarkan kolaborasi kolaborasi terhadap guru di lapangan selama proses pembelajaran berlangsung maka dapat diperoleh gambaran sebagai berikut:

- 1) Pada waktu melakukan kegiatan pendahuluan selalu dengan membariskan siswa, memimpin berdoa, menyampaikan apersepsi dan menyampaikan tujuan pembelajaran.
- 2) Pada waktu pemanasan selalu memberikan pemanasan dengan pengulangan dan pemanasan yang bervariasi.
- 3) Pada waktu kegiatan inti selalu menyampaikan penjelasan dan arahan tentang gerakan-gerakan yang akan dilakukan.
- 4) Guru selalu memberikan metode pembelajaran dari materi yang ringan ke yang berat dari yang sederhana ke yang kompleks.
- 5) Guru selalu memberikan koreksi dan evaluasi terhadap siswa yang mengalami kesalahan dan kesulitan secara individual maupun klasikal.

- 6) Pada waktu kegiatan penutup selalu memberikan kegiatan pendinginan, menyampaikan inti pembelajaran yang telah dilakukan, memberikan waktu untuk berganti pakaian, berbaris dan berdoa

b. Kolaborasi terhadap sikap siswa

Berdasarkan kolaborasi peneliti sekaligus sebagai guru dan kolaborasi terhadap sikap siswa berdasarkan silabus mata pelajaran penjas tahun 2007 maka diperoleh gambaran sebagai berikut:

1). Kedisiplinan

- a) Siswa selalu mengikuti pembelajaran dengan tepat waktu pukul 07.00 sudah siap dilapangan dan mengakiri mengakiri pembelajaran pukul 08.20 wib.
- b) Berpakaian rapi dan bersih dengan seragam olahraga sekolah dan bersepatu olahraga.

2). Kerjasama

- a) Siswa selalu bekerjasama menyiapkan peralatan yang dibutuhkan maupun menyimpan kembali di gudang.
- b) Siswa selalu memberikan informasi kepada teman lain yang belum memahami maksud dari guru.

3). Motivasi

- a) Berdasarkan kolaborasi dan hasil wawancara antara siswa dan peneliti siswa selalu senang mengikuti pembelajaran.

b) Siswa selalu memperhatikan koreksi dari guru dan menerima saran dari teman sekelompok, serta mau memperbaiki kesalahan.

c) Siswa selalu aktif bertanya kepada guru bila menemukan hal-hal yang belum dipahami.

c. Kolaborasi terhadap psikomotor siswa

Berdasarkan kolaborasi peneliti dan kolaborasi terhadap psikomotor siswa dalam penguasaan passing atas pembelajaran bolavoli mengalami peningkatan seperti dalam lampiran 3 dan 4.

E. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan refleksi dari analisa data yang terkumpul maka hasil penelitian tindakan kelas menunjukkan bahwa pada akhir siklus ada peningkatan mutu pembelajaran. Hal tersebut dapat dilihat pada data hasil observasi kelas, data hasil observasi terhadap sikap siswa dan data hasil observasi terhadap kemampuan gerak siswa dalam proses pembelajaran bolavoli berikut ini:

1. Siklus I

Pada siklus I tindakan dalam proses pembelajaran *passing* atas permainan bolavoli dengan metode kooperatif pada siswa kelas VII A SMP N 1 Pundong sudah tepat. Pada siklus pertama peneliti menggunakan satu permainan. Dalam proses pembelajarannya siswa merasa senang dan

gembira dengan tidak melupakan sasaran yang ingin dicapai yaitu siswa dapat melakukan proses teknik dasar *passing* atas permainan bolavoli dengan benar. Metode pengajaran telah disesuaikan dengan karakteristik pertumbuhan dan perkembangan siswa sehingga siswa merasa mudah melakukan setiap gerakan yang dilakukannya.

Hasil perolehan skor dari kolabolator menunjukkan rata-rata kemampuan siswa dalam melakukan *passing* atas mengalami peningkatan, sehingga secara klasikal 44,17 % (Lampiran 4) siswa mampu melakukan *passing* atas dengan benar.

2. Siklus II

Pada siklus II proses pembelajaran *passing* atas permainan bolavoli dengan metode kooperatif pada siswa kelas VII A SMP Negeri 1 Pundong Bantul, sudah lebih baik lagi dan cukup memuaskan. Tindakan yang diberikan pada siklus II ini dengan menambah variasi permainan yaitu dengan mengkombinasikan permainan dalam permainan bolavoli.

Lebih jelasnya permainan pada siklus II bertujuan agar dalam permainan tersebut dapat memberikan rasa senang, percaya diri, dan keberanian siswa dengan bola, selain itu supaya servis atas bisa dilakukan dengan cepat dan membiasakan diri dengan bola dan lapangan permainan. Pada siklus II ini gerakan dan tehnik *passing* atas permainan bolavoli siswa kelas VII A sudah semakin baik, hal ini dapat dibuktikan

pada saat *passing* atas permainan bolavoli yang penekanannya pada persiapan, eksekusi, dan gerak lanjutan.

Hasil perolehan skor dari kolabolator menunjukkan rata-rata kemampuan siswa dalam melakukan *passing* atas pada siklus II ini mengalami peningkatan, sehingga secara klasikal 72,5 % (Lampiran 5) siswa mampu melakukan *passing* atas dengan benar.

Dari dua penjelasan kegiatan tiap siklus yaitu siklus I dan II, menunjukkan bahwa hasil observasi, wawancara dan hasil belajar siswa dalam penguasaan *passing* atas selalu ada peningkatan yang baik, selain itu dorongan dari sikap para siswa dalam tiap kelompok selalu termotivasi untuk mengikuti kegiatan pembelajaran yang diberikan oleh guru dengan metode pembelajaran yang baru.

Selanjutnya guru masih melakukan wawancara tiap akhir evaluasi terhadap siswa mengenai proses pembelajaran yang telah berlangsung. Berdasarkan wawancara tersebut maka peneliti dan kolabolator sepakat bahwa proses pembelajaran *passing* atas pada permainan bolavoli dengan menggunakan metode kooperatif dapat dijadikan salah satu metode pembelajaran bolavoli untuk kelas VII A SMP Negeri 1 Pundong Bantul.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian dan hasil analisis yang telah dilakukan diperoleh kesimpulan bahwa proses pembelajaran *passing* atas pada permainan bolavoli dengan menggunakan metode kooperatif dapat lebih meningkatkan kemampuan siswa, dibandingkan dengan metode pembelajaran dengan system komunikasi satu arah, sehingga metode kooperatif dapat dijadikan salah satu metode pembelajaran bolavoli di kelas VII SMP Negeri 1 Pundong Kabupaten Bantul

B. Implikasi Penelitian

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penguasaan *passing* atas dalam permainan bolavoli dengan metode kooperatif di SMP 1 PUNDONG Siswa Kelas VII A mengalami peningkatan yang cukup tinggi dibandingkan dengan metode sebelumnya. Dalam upaya meningkatkan kualitas pembelajaran, Guru harus lebih kreatif dan bervariasi dalam penyampaian metode pembelajaran, dan didukung dengan penyediaan alat atau fasilitas yang lebih memadai sehingga siswa akan lebih tertarik dan menyenangi olahraga yang diajarkan guru.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian tindakan kelas pada kelas VII A SMP Negeri 1 Pundong Kabupaten Bantul memiliki keterbatasan-keterbatasan yang menjadi hambatan penelitian ini. Dimana hambatan-hambatan itu belum dapat terselesaikan pada penelitian ini sehingga pada saat yang akan datang hambatan-hambatan tersebut menjadi bahan penyelesaian pada pembelajaran selanjutnya. Adapun hambatan-hambatan tersebut antara lain :

1. Masih kurangnya sarana dan prasarana yang dimiliki sekolah, sehingga dalam memanfaatkan fasilitas olah raga di sekolah, siswa terpaksa harus bergantian.
2. Faktor fisik siswa yang berbeda-beda menyebabkan pembuatan sasaran untuk evaluasi, agak kesulitan.
3. Selama ini pembelajaran yang diberikan kurang variatif sehingga perlu adanya metode-metode pembelajaran yang baru, agar siswa dapat memahami konsep dan materi olahraga yang diberikan oleh guru.

D. Saran-Saran

Saran yang dapat penyusun berikan sehubungan dengan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Bagi siswa, agar lebih bersemangat dalam mengikuti pembelajaran olahraga baik olahraga permainan bolavoli ataupun olahraga yang lain, sehingga akan tercipta prestasi-prestasi dalam setiap pertandingan yang diikuti.

2. Bagi Sekolah, agar melengkapi dan memperbaharui sarana dan prasarana olahraga, sehingga semua siswa dapat menggunakan fasilitas olahraga.
3. Bagi Guru, agar senantiasa berinovasi dalam penyampaian metode pembelajaran yang disampaikan kepada siswa, agar siswa lebih mudah dan senang dalam menerima setiap materi yang diberikan.
4. Diharapkan peneliti lain dapat melakukan penelitian lebih lanjut sebagai pengembangan dari penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Depdiknas. 2008. *Materi Pelatihan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP)*. Jakarta: Depdiknas.
- John D . (2003). *Media Pembelajaran dan Proses Belajar Mengajar Masakini*. Jakarta. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- UU RI No. 20/2003, Pendidikan Nasional.
- Diah Harianti. 2007. Naskah Akademik Kebijakan Kurikulum Penjasorkes. Jakarta: Depdiknas
- Arma Abdoelah dan Agus Manadji. (1994). *Dasar-dasar Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Viera, Barbara L. 2000. *BOLA VOLI(Tingkat Pemula)* diterjemahkan oleh Monti. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Suharno.(1985). *Dasar-dasar Permainan Bola Voli*.Yogyakarta. FPOK IKIP
- Wikipeda. (2015). Pembelajaran Kooperatif.
[http://id.wikipedia.org/wiki/Pembelajaran Kooperatif](http://id.wikipedia.org/wiki/Pembelajaran_Kooperatif) [Diakses pada tanggal 22 Februari 2015]
- Asep Kurnia Nenggala. (2007). *Pendidikan Jasmani, Olah Raga, dan Kesehatan*. Cetakan I. Bandung : Grafindo Media Pratama.
- Krismanto, Al. 2003. "Beberapa Teknik, Model, dan Strategi dalam pembelajaran Matematika". *Makalah*. Disampaikan dalam rangka pelatihan pengembangan SMU 20 Juli s.d. 10 Agustus 2003. Depdiknas, Ditjen Dikdasmen PPPG Yogyakarta.
- Ismail. 2003.*Pembelajaran Kooperatif*. <http://anrusmath.files.wordpress.com>. [diakses 22 Februari 2015]
- Sri Wahyuni, Sutarmin, Pramono. (2010). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan I*. Jakarta : Kementerian Pendidikan Nasional.
- Durrwachter, Gerhard. 1986. *BOLA VOLLEY(Belajar dan Berlatih Sambil Bermaian)* diterjemahkan oleh Agus Setiadi. Jakarta : Gramedia
- Beutelstahl, Dieter. 2007. *Belajar Bermain Bola Volley*.diterjemahkan oleh Tana Supena. Bandung: Pionir Jaya

Haziq Jauhary, 2008. *Membangun Motivasi*. Semarang: Ghyyas Putra.

Munasifah, 2008. *Menjadi Manusia yang Unggul*. Semarang: Ghyyas Putra.

<http://indosdm.com/kamus-kompetensi-kerjasama-team-work>[diakses 19 Februari 2015]

Yudha.2001. *Pembelajaran Atletik di Sekolah Dasar (Sebuah Pendekatan Pembinaan Gerak memulai Permainan)*. Jakarta : Depdiknas

Edi Nugroho (2013). *Upaya Peningkatan Minat Passing Bawah Bola Voli Mini melalui Bermain Pada Siswa Klas IV SD N I Redin Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo Tahun Ajaran 2013/2014*. Skripsi.Yogyakarta : UNY.

Rusli Ibrahim. 2001. *Landasan Psikologis Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas

Suharsini Arikunto. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Edisi Revisi V. Jakarta : Rineka Cipta.

PP.PBVSII. 1995. *Jenis-Jenis Permainan Bolavoli*. Jakarta: PBVSI

Dedi 26.blogspot.com (2013). *Pengertian Pembelajaran Kooperatif (Cooperative Learning) Menurut Para Ahli*, Terbit 06 Mei 2013.

Depdiknas. (2003). *Kurikulum Berbasis Kompetensi Pendidikan Prasekolah, Dasar, dan Menengah Ketentuan Umum..* Jakarta: Depdiknas

H. E. Mulyasa (2009) *Praktik Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.

Rochiati Wiriaatmadja (2009) *Metode Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.

Machfud Irsada (1999). *Bola Voli*. Jakarta. Depdikbud.

Nuril Ahmadi. (2007). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Solo : Eka Pustaka Utama.

Tim Penjaskes SLTP. (1995). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta : Yudhistira.

KBBI.1994. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Bandung: Balai Pustaka

http://www.konidepok.org/index.php?option=com_content&view=article&id=80:pendidikan-sebagai-basis-prestasi-olahraga&catid=34:berita-koni[diakses 19 Februari 2015]

Moch.Slamet. 2008. *Panduan Pengajaran Mikro Tahun 2008*. UNY:UPPL

Ratal Wirjasantosa. 1984. *Supervisi Pendidikan Olahraga*. Bandung: UI-Press

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (Siklus I)

Sekolah : SMP Negeri 1 Pundong
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani
 Kelas/Semester : VII/ Genap
 Materi Pokok : Permainan Bolavoli
 Alokasi Waktu : 2 x 40 menit
 Standar Kompetensi : Mempraktekan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

I. Kompetensi Dasar

Mempraktekan variasi teknik dasar Permainan Bolavoli yang dimodifikasi, serta nilai semangat, sportifitas, kerjasama, percaya diri dan kejujuran.

II. Indikator Pencapaian Hasil

- Siswa mampu melakukan passing atas
- Siswa mampu melakukan passing atas dalam permainan mengenai sasaran
- Siswa mampu melakukan teknik passing atas benar

III. Metode Pembelajaran:

- Kooperatif

IV. Langkah-langkah Kegiatan

1) Pendahuluan

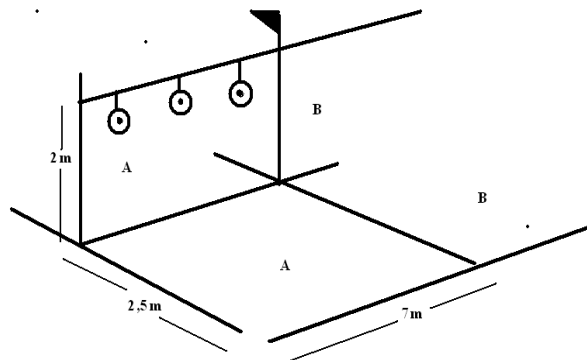
- a) Siswa dibariskan, dihitung, dipimpin berdoa
- b) Apersepsi
- c) Memberikan contoh-contoh pemanasan dan mengawasi

2) Kegiatan Inti

a) Games Permainan

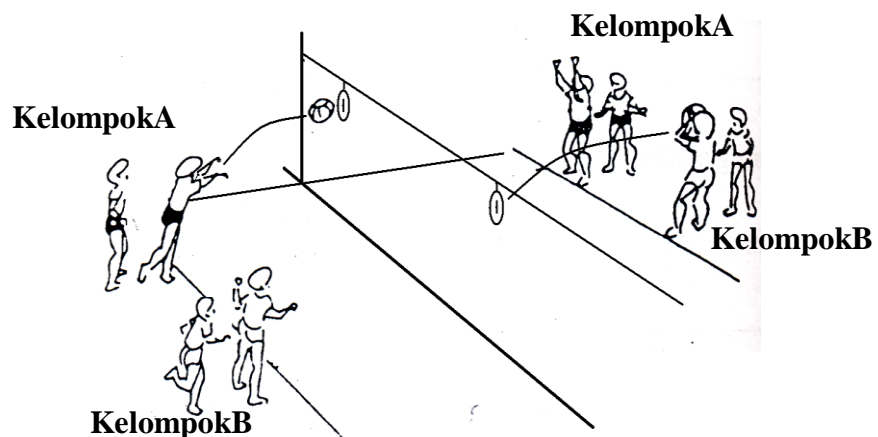
Melempar sasaran berramai-ramai menggunakan bolavoli, dengan sasaran yang digantung ditali:

- (1) Guru memancang tali pada kedua tiang di dua lapangan bolavoli dengan ukuran tinggi 2 m, 1 lapangan untuk putra dan 1 lapangan untuk putri. Pada tali digantungkan sebuah sasaran (gambar 3.a).



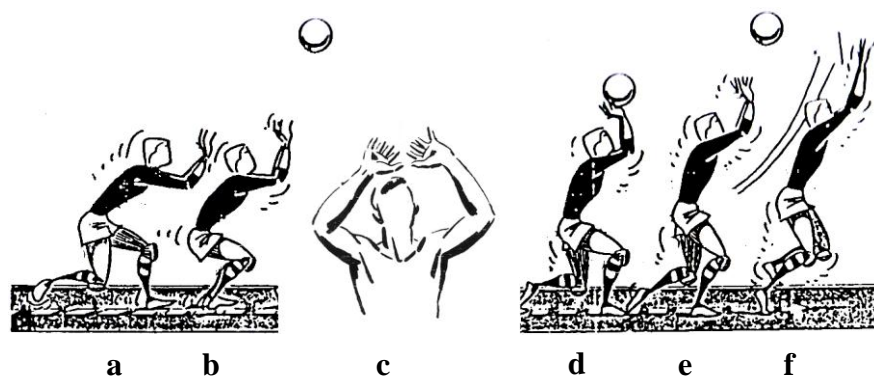
Gambar 3.a Lapangan Permainan

- (2) Siswa dibagi menjadi 1 kelompok putra dan 1 kelompok putri. Dalam permainan ini kelompok putra dibagi dalam kelompok A, B, C dan kelompok putri di bagi dalam kelompok D, E, F
- (3) Siswa dibariskan didalam lapangan bola voli masing-masing kelompok dibawah tali, setiap siswa membawa satu bolavoli, kemudian melempari sasaran dengan posisi kedua tangan seperti teknik *passing* atas, dan dilakukan dalam lomba selama 5 menit diusahakan bola mengenai sasaran, Guru memberi aba-aba mulai (gambar 3.b) siswa yang mampu mengenai sasaran lebih banyak dalam waktu 5 menit. Setiap siswa yang dapat mengenai sasaran mendapat nilai 1. Kelompok yang mendapat nilai terbanyak sebagai juara.



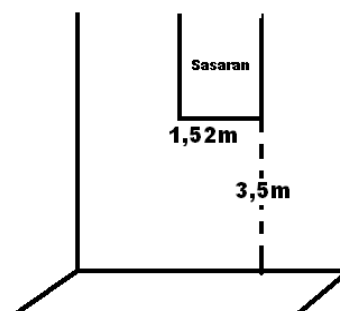
Gambar 3.b Permainan lempar sasaran

- b) Teknik *Passing* atas.
 - (1) Tahapan Pertama atau tehnik 1 *passing* atas menggunakan bolavoli



Gambar 4. Teknik 1 *passing* atas

- (a) Siswa dalam posisi melangkah dengan santai ke arah jatuhnya bola (gambar 4.a).
- (b) Siapkan posisi, bahu sejajar sasaran, kaki merenggang dan pandangan kedepan (gambar 4.b). Tahan posisi tangan di depan pelipis, kemudian melihat bola melalui “jendela” yang dibentuk tangan seperti gambar 4.c.
- (c) Terima bola pada bagian belakang bawah dengan posisi kaki kanan sehingga kaki kiri dapat mendorong tubuh, terima bola dengan 2 persendian teratas dari jari dan ibu jari (gambar 4.d)
- (d) Pindahkan berat badan ke arah sasaran sambil kaki kiri mendorong tubuh ke depan, arahkan bola sesuai ketinggian yang diinginkan (gambar 4.e)
- (e) Luruskan tangan sepenuhnya, pinggul bergerak maju kearah sasaran, dan pindahkan berat badan kearah sasaran (gambar 4.f)
- (f) Siswa dinilai secara individu dan penilaiannya menggunakan tes keterampilan bermain bolavoli dari Brady (PP.PBVS, 1995:78-79) yaitu siswa melakukan *passing* atas kearah sasaran yang telah dibuat dengan ukuran lebar 1,52m ketinggian petak sasaran tidak terbatas dan jarak petak sasaran dari lantai 3,5m (Gambar. 5).



Gambar 5. Sasaran *Passing* Atas

- (g) Siswa melakukan tes tersebut selama 1 menit dengan kriteria penilaian (Tabel.1) dan berupaya memvoli bola kearah sasaran sebanyak mungkin dengan teknik yang benar.

Tabel.2 Kriteia Penilaian

Butir Tes	Kriteria (Mengenai Sasaran)	Nilai	Keterangan
<i>Passing</i> Atas	35 – 40		Baik sekali
	29 – 34		Baik
	23 – 28		Cukup
	17 – 22		Sedang
	≤ 16		Kurang

- (2) Tahapan kedua atau tehnik 2 *passing* atas menggunakan bolavolidan diarahkan atau dioper ke teman 1 kelompok.



Gambar 6. Teknik 2 *passing* atas

- (a) Persiapan dan pelaksanaan seperti tahapan 1 gambar 4.a-f, *passing* atas menggunakan bola plastik dengan sasaran teman seperti pada gambar 6.
- (b) Siswa diharuskan melakukan *passing* atas setiap *passing* atas yang tepat mengenai teman sekelompok maka diberi nilai 1.

Tujuan tehnik tahap 2 ini siswa biar mampu dan berani melakukan *passing* atas dengan benar dan tepat dalam mengoper pada teman.

3) Penutup

Siswa dibariskan, dihitung, evaluasi, berdoa dan dibubarkan

V. Sumber Belajar

1. Ruang terbuka yang datar dan aman

2. Tali raffia
3. Sasaran yang terbuat dari tutup kaleng
4. bolavoli
5. Buku teks
6. Buku referensi

VI. Penilaian

1. Bentuk Instrumen : Unjuk Kerja (penilaian proses)
2. Jenis Tagihan : Tes Pelaksanaan
3. Butir Instrumen : Melakukan Passing Atas

Contoh Penilaian Proses Passing Atas

No	Nama	Sikap Tubuh				Posisi Ke2 Tangan				Pandangan Mata				Sikap Passing Atas				Jml
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	

Prosedur Penilaian = (Jumlah dibagi instrument penilaian) x 100

Kepala Sekolah

Bantul, 2015
Guru Penjaskes

Drs. H. WIDAYA
NIP. 195811011978031003

AGUS SULISTYANTA
NIM. 12604227050

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(Siklus II)

Sekolah : SMP Negeri 1 Pundong
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani
 Kelas/Semester : VII/ Genap
 Materi Pokok : Permainan Bolavoli
 Alokasi Waktu : 2 x 40 menit
 Standar Kompetensi : Mempraktekan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

I. Kompetensi Dasar

Mempraktekan variasi teknik dasar Permainan Bolavoli yang dimodifikasi, serta nilai semangat, sportifiti, kerjasama, percaya diri dan kejujuran.

II. IndikatorPencapaianHasil

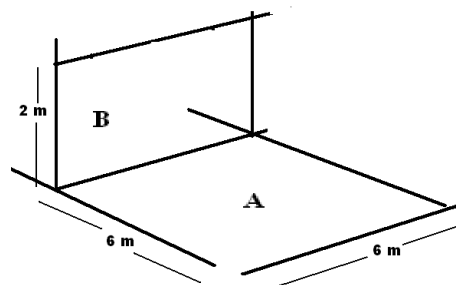
- Siswa mampu melakukan passing atas
- Siswa mampu melakukan passing atas dalam permainan di lapangan bolavoli
- Siswa mampu melakukan teknik passing atas benar

III. MetodePembelajaran:

- Kooperatif

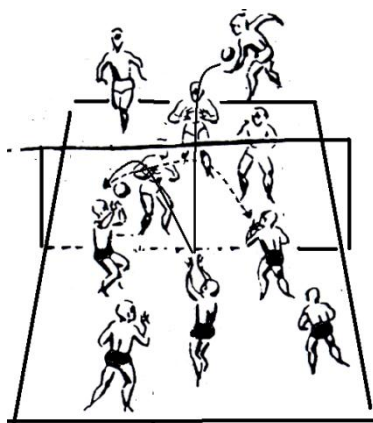
IV. Langkah-langkah Kegiatan

- 1) Pendahuluan
 - a) Siswa dibariskan, dihitung, dipimpin berdoa
 - b) Apersepsi
 - c) Memberikan contoh-contoh pemanasan dan mengawasi
- 2) Kegiatan Inti
 - a) Games Permainan
 - (1) Guru memancang tali pada kedua tiang di dua lapangan bola voli dengan ukuran tinggi 2 m, 1 lapangan untuk putra dan 1 lapangan untuk putri (gambar 7.a).



Gambar 7.a. Lapangan Permainan

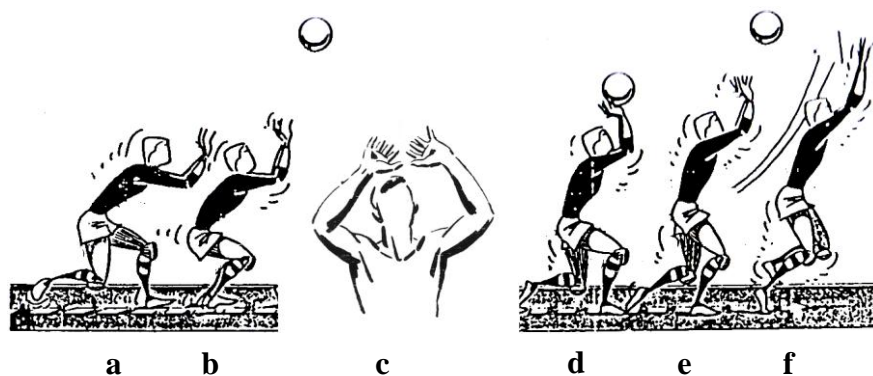
- (2) Siswa dibagi menjadi 1 kelompok putra dan 1 kelompok putri. Dalam permainan ini kelompok putra dibagi dalam kelompok A, B, C dan kelompok putri di bagi dalam kelompok D, E, F. Tiap kelompok terdiri dari 5 siswa
- (3) Siswa disiapkan dalam lapangan bola volimasing-masing kelompok, permainan seperti permainan seperti bola voli tetapi bola menggunakan bola voli, selain itu siswa menerima dan mengoper dengan posisi kedua tangan seperti teknik passing atas, dan dilakukan dalam lomba selama 10 menit, Guru memberi aba-aba mulai (gambar 6.b), siswa yang mampu mengenai daerah kosong atau siswa melakukan kesalahan dalam melakukan passing atas mendapat nilai 1. Kelompok yang mendapat nilai terbanyak sebagai juara.



Gambar 7.b Permainan *passing atas* berkelompok

b) Teknik *Passing Atas*.

- (1) Tahapan Pertama atau tehnik 1 *passing atas* menggunakan bola voli ukuran no 4.



Gambar 4. Teknik 1 *passing atas*

- (a) Siswa dalam posisi melangkah dengan santai ke arah jatuhnya bola (gambar 4.a).
 - (b) Siapkan posisi, bahu sejajar sasaran, kaki merenggang dan pandangan kedepan (gambar 4.b). Tahan posisi tangan di depan pelipis, kemudian melihat bola melalui “jendela” yang dibentuk tangan seperti gambar 4.c.
 - (c) Terima bola pada bagian belakang bawah dengan posisi kaki kanan sehingga kaki kiri dapat mendorong tubuh, terima bola dengan 2 persendian teratas dari jari dan ibu jari (gambar 4.d)
 - (d) Pindahkan berat badan ke arah sasaran sambil kaki kiri mendorong tubuh ke depan, arahkan bola sesuai ketinggian yang diinginkan (gambar 4.e)
 - (e) Luruskan tangan sepenuhnya, pinggul bergerak maju kearah sasaran, dan pindahkan berat badan kearah sasaran (gambar 4.f)
 - (f) Siswa dinilai secara individu dan penilaiannya menggunakan tes keterampilan bermain bolavoli dari Brady (PP.PBVS, 1995:78-79) yaitu siswa melakukan *passing* atas kearah sasaran yang telah dibuat dengan ukuran lebar sasaran 1,52m ketinggian petak sasaran tidak terbatas dan jarak petak sasaran dari lantai 3,5m (Gambar. 5).
 - (g) Siswa melakukan tes tersebut selama 1 menit dengan kriteria penilaian (Tabel.1) dan berupaya memvoli bola kearah sasaran sebanyak mungkin dengan teknik yang benar.
- (2) Tahapan kedua atau tehnik 2 *passing* atas menggunakan bola volid dan diarahkan atau dioper ke teman 1 kelompok.
- (a) Persiapan dan pelaksanaan seperti tahapan 1 gambar 4.a-f, *passing* atas menggunakan bola voli dengan sasaran teman seperti pada gambar 5.
 - (b) Siswa diharuskan melakukan *passing* atas setiap *passing* atas yang tepat mengenai teman sekelompok maka diberi nilai 1.

3) Penutup

Siswa dibariskan, dihitung, evaluasi, berdoa dan dibubarkan

V. Sumber Belajar

1. Ruang terbuka yang datar dan aman
2. Tali raffia
3. Sasaran yang terbuat dari tutup kaleng
4. bolavoli
5. Buku teks
6. Buku referensi

VI. Penilaian

1. Bentuk Instrumen : Unjuk Kerja (penilaian proses)
2. Jenis Tagihan : Tes Pelaksanaan
3. Butir Instrumen : Melakukan *Passing Atas*

Contoh Penilaian Proses *Passing Atas*

No	Nama	Sikap Tubuh				Posisi Ke2 Tangan				Pandangan Mata				Sikap Passing Atas				Jumlah
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	

Prosedur Penilaian = (Jumlah dibagi instrument penilaian) x 100

Kepala Sekolah

Bantul, 2015
Guru Penjaskes

Drs. H. WIDAYA
NIP. 195811011978031003

AGUS SULISTYANTA
NIM. 12604227050

PENELITIAN PASSING ATAS
SMP 1 PUNDONG



